

ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»
Навчально-науковий інститут психології
Кафедра психології

Кафарова (Мовчан) Віталіна Олександрівна

УДК 159.9

Кваліфікаційна робота

Психологічні особливості міжособистісних стосунків студентів з різним
рівнем самооцінки

053 «Психологія»

«Організаційна психологія»

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання
ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне
джерело _____ В. О. Кафарова (Мовчан)

Науковий керівник (консультант) Склярова Ганна Олександрівна,
кандидат психологічних наук

Київ – 2023

Зміст

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ТА САМООЦІНКИ СТУДЕНТІВ	6
1.1. Поняття та принципи формування міжособистісних стосунків	6
1.2. Самооцінка як центральний компонент «Я-концепції» особистості.....	12
1.3. Психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів в залежності від рівня їх самооцінки	17
Висновки до розділу 1	23
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ	24
2.1. Організація та методики дослідження	24
2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки.....	28
Висновки до розділу 2	50
РОЗДІЛ 3 ПСИХОКОРЕКЦІЯ МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ.....	52
3.1 Рекомендації для студентів, щодо корекції самооцінки	52
3.2 Рекомендації для покращення міжособистісних стосунків.....	58
Висновки до розділу 3	63
ВИСНОВКИ.....	65
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	68
ДОДАТКИ.....	77

ВСТУП

Актуальність дослідження. Дослідження психологічних особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки має велику актуальність у сучасному світі. Студентство – це період життя, коли особистість набуває нового досвіду і знань, знаходячись в процесі навчання, соціалізації та формування своєї ідентичності. Рівень самооцінки може відігравати важливу роль у взаємодії студентів з іншими людьми, включаючи взаємини в групах навчання, спілкування з викладачами та колегами.

Актуальність дослідження психологічних особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки визначається не лише їхнім перебуванням у періоді активної соціалізації та формування ідентичності, але й важливістю дослідження у контексті сучасного світу. Високий рівень самооцінки може сприяти розвитку стійкої психологічної самодостатності, підвищенню мотивації до досягнення цілей та успішності навчання. Низький рівень самооцінки може призвести до почуття незадоволення своїми досягненнями, страху перед критикою, недовіри до себе та своїх здібностей.

Самооцінку вивчали такі вчені як: В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв, О. І. Шпаковська, Н. В. Малюк, Л. М. Гусєва та інші. Міжособистісні стосунки вивчали такі вчені як: О. М. Леонтєва, В. А. Храповицька, Н. Г. Лук'янова, І. В. Шамова, М. О. Рижкова та інші.

Деякі зарубіжні вчені, які вивчали самооцінку та міжособистісні стосунки, включають в себе Карла Роджерса, Альфреда Адлера, Авраама Мазлова, Ерика Ериксона та Льюїса Коулбі. Кожен з них вніс свій внесок у розуміння і пізнання людської психології та міжособистісних відносин.

Мета – теоретично та емпірично дослідити міжособистісні стосунки студентів з різним рівнем самооцінки.

Завдання:

1. Теоретично дослідити принципи формування міжособистісних

стосунків.

2. Теоретично дослідити психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів з різним рівнем самооцінки.

3. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних стосунків у студентів з різним рівнем самооцінки.

4. Розробити рекомендації для покращення міжособистісних стосунків.

Об'єкт – міжособистісні стосунки студентської молоді.

Предмет – вплив самооцінки на міжособистісні стосунки серед студентів.

Для виконання поставлених завдань були використані наступні методи:

– *теоретичні* – *аналіз, синтез, систематизація, що дозволило узагальнити погляди вчених на проблему;*

– *емпіричні* – *методика «Визначення рівня своєї самооцінки Г. М. Казанцева», методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса, методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі, опитувальник для визначення самоставлення особистості (В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв).*

Емпірична база – студенти різних Університетів та спеціальностей. Загальна кількість випробовуваних, які взяли участь в дослідженні склала 84 осіб віком від 17 до 23 років обох статей.

Наукова новизна:

поглиблено вивчення: особливостей міжособистісних стосунків студентів.

уточнено: поняття «міжособистісних стосунків».

розроблено: практичні рекомендації щодо згуртованості студентського колективу та програма корекції самооцінки у студентів.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що висновки і результати роботи можуть бути використані у навчальному процесі при викладанні дисциплін із загальної та педагогічної психології, методичні

рекомендації та корекційна програма можуть використовуватися практичним психологом у своїй професійній діяльності.

Структура та обсяг дипломної роботи. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг – 93 сторінки, основний обсяг – 68 сторінок. Робота містить 9 таблиць, 10 малюнків та 4 додатки. 70 використаних джерел

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ТА САМООЦІНКИ СТУДЕНТІВ

1.1. Поняття та принципи формування міжособистісних стосунків

Міжособистісні стосунки – це сукупність об'єктивних зв'язків та взаємодій між особами, які належать до певної групи; система установок, очікувань, стереотипів, орієнтацій, через які люди сприймають і оцінюють один одного. Характерною ознакою міжособистісних стосунків є їх емоційне забарвлення. Отже, ми можемо визначити їх як: «взаємини людей, що формуються в процесі безпосередньої взаємодії в групі, мають неформальний характер і містять емоційно забарвлену та значущу оцінку партнерів по спілкуванню» [8].

Міжособистісні стосунки охоплюють широке коло явищ, але головним регулятором сталості, глибини, неповторності міжособистісних стосунків є привабливість однієї людини до іншої. Тому стан задоволеності-незадоволеності виступає основним критерієм оцінки таких стосунків. Привабливість складається з почуттів симпатії та притягання. Якщо симпатія-антипатія – це переживання задоволення та незадоволення від контактів з іншими людьми, то притягання-відштовхування – практична складова цих переживань [6].

Міжособистісна привабливість-непривабливість може набувати характер сталих зв'язків між людьми й переходити у взаємну прихильність або неприхильність. Прагнення бути разом може стати потребою, і тоді ми говоримо про певний тип міжособистісних стосунків: приятні, дружніх, товариських, подружніх. У регуляції стосунків беруть участь три мотиваційні аспекти: «я хочу», «я можу» і «треба». Особистого бажання («я хочу») недостатньо для виникнення стосунків. Необхідне узгодження взаємних бажань і можливостей («я можу»). Я «треба» – найважливіший аспект

утворення, розвитку або руйнування стосунків. Так, дружні стосунки можуть зайти в суперечність із виробничими, моральними.

Суспільні відносини або стимулюють, або руйнують міжособистісні стосунки. Суспільство прагне привести міжособистісні стосунки у відповідність до суспільних відносин. Існує зв'язок між діловими та міжособистісними стосунками. Незбіг близьких міжособистісних стосунків та ділової активності очевидний, але не може бути суспільних відносин у «чистому» вигляді, без особистісного компонента. У будь-яких взаємодіях завжди присутній компонент привабливості-непривабливості. Питання полягає лише в тому, де присутність цього компонента виправдана. На виробництві результат спільної діяльності – економічна ефективність, це головний критерій оцінки користі або шкоди міжособистісних стосунків. Потрібно визначити ступінь близькості міжособистісних стосунків та прийнятність до тих чи інших обставин [6].

За умов, коли вимагається дотримуватися виробничих та економічних норм, близькі, інтимні стосунки заважають. З іншого боку, перетворення міжособистісних стосунків у функціональні може призвести до їх руйнування або втрати задоволення від них. Неадекватні прагнення у стосунках, як і їхній прояв у поведінці, спричинюють виникнення напруженості та конфліктів. Взаємний обмін думками, почуттями, вчинками в процесі взаємодії викликає в людини зміну поведінки, установок, оцінок. У цьому разі йдеться про феномен взаємовпливу. Взаємовплив спрямований на формування сталих оцінок, вчинків, що характеризуються подібністю. Це сприяє зближенню, поєднанню інтересів і ціннісних орієнтацій – відбувається процес уподібнення членів однієї групи [17].

Механізмами взаємовпливу є імітація, навіювання, конформність, переконання. Імітація – неспрямований вплив, що не ставить перед собою спеціальної цілі, але має кінцевий ефект і є найпростішою формою відображення людиною поведінки інших людей. На основі імітації пізніше формуються інші регулятори взаємовпливу – навіювання, конформність,

переконання. Вони регулюють норми міжособистісного спілкування [24]. Норми, у свою чергу, визначають характер міжособистісних стосунків. Наявність відпрацьованих норм демонструє однозначність у розумінні та оцінці подій.

Навіювання – найменш усвідомлюваний процес – ґрунтується на некритичному наслідуванні зразків поведінки іншої людини. Навіювання може бути пряме (коли один із партнерів по спілкуванню ставить перед собою таке завдання) і непряме, мимовільне. Конформність, на відміну від навіювання, є процесом свідомої зміни оцінок, установок, поведінки під впливом групи. Це виражається у свідомій зміні ціннісних орієнтацій, прийнятті групових норм, очікувань та ролі, яку нав'язує група. Міра прийняття особистістю зовнішніх оцінок і норм поведінки свідчить про ступінь її конформності. Прийняття норм може мати поверховий характер або ж глибинний, пов'язаний зі зміною диспозицій особистості. Соціальні ролі особистості показують, як глибоко вона сприймає груповий тиск, виявляючи певну конформність [24].

Слід чітко розрізнити конформність як ситуативне явище та конформізм як рису характеру. Конформність виявляється в повсякденному житті, оскільки людині доводиться узгоджувати свою поведінку з іншими людьми, з певними соціальними нормами. Конформізм як особистісна риса – це готовність людини змінювати власну поведінку, роль, думки та переконання відповідно до нав'язаних їй норм, оцінок [13].

Переконання – процес свідомого прийняття оцінок, думок і стереотипів поведінки, що належать групі. У процесі переконання відбувається звертання в основному до раціональних сторін психіки, досвіду, знань, логічного мислення, хоча все це не виключає участі емоцій та почуттів. У повсякденній практиці спілкування явища навіювання, конформності, переконання ідуть поряд. Вплив людини на людину – процес багатоплановий, проте можна виділити кілька його загальних умов.

Ступінь конформності та переконаності залежить від того, хто є суб'єктом впливу. Тут відіграють велику роль такі фактори, як соціальний статус особи, належність її до певної організації, вік, професія, популярність та ін. Вплив на людину буде ефективнішим, якщо він здійснюватиметься у присутності інших людей [17].

Міжособистісний взаємовплив залежить від ступеня визначеності чи невизначеності фактів і подій, завдяки яким приймаються ті або інші рішення. Дослідники виявили таку залежність: за умов високої визначеності завдань вірогідність зміни оцінок і думок менша, а адекватність їх вирішення вища; за умов високої невизначеності завдань вірогідність зміни оцінок більша, адекватність менша.

Суттєвим моментом взаємовпливу є стосунки симпатій та антипатій. Міжособистісні симпатії «нав'язують» більшу згоду, антипатії – незгоду. Симпатії роблять людей більш «відкритими» до взаємовпливу, антипатії, навпаки, – ізолюють їх один від одного. Людина малосприйнятлива до думок та оцінок людей, яким вона не симпатизує. Причому антипатії можуть суттєво погіршувати сутність взаємовпливів. Тому оптимальними вважаються такі стосунки, які найменше пов'язані з симпатіями й антипатіями і спрямовані на ефективність діяльності [17].

Проте міжособистісні взаємовпливи можуть приводити і до характерологічних змін. У процесі спільного життя люди не тільки набувають загальних рис, що робить їх схожими один на одного, а й виробляють протилежні характерологічні властивості. Так, за даними досліджень, наявність у батька такої риси, як домінантність, спричиняє формування в дитини зворотної риси – пасивності, але домінантність матері позитивно впливає на формування цієї риси в дитини.

Оцінка міжособистісних стосунків передбачає проведення їхньої класифікації. Так, виділяються стосунки знайомства, приятелювання, дружби, Коли один з партнерів сприймає ці стосунки тільки як знайомство, а інший – як дружбу, то виникає непорозуміння. Тому міжособистісні стосунки можна

визначити як взаємну готовність партнерів до певного типу почуттів, домагань, очікувань, поведінки. Пропонується така класифікація міжособистісних стосунків: знайомства, приятелювання, товариські, дружні, любовні, подружні, родинні, деструктивні [22].

Вона спирається на кілька критеріїв: глибину стосунків, вибірковість щодо партнерів, функції стосунків. Головним критерієм розрізнення міжособистісних стосунків є рівень включення особистості в стосунки. У структурі особистості виділяють такі рівні: загальновидові, соціокультурні, психологічні, індивідуальні. Найбільше включення індивідуальних характеристик особистості відбувається у дружніх, подружніх стосунках.

Стосунки знайомства, приятелювання обмежуються включенням у взаємодію переважно видових та соціокультурних особливостей особистості. Другий критерій – вибірковість щодо партнерів – можна визначити як кількість ознак, що мають значення для встановлення та відтворення стосунків. Найбільшу вибірковість виявляють стосунки дружби, подружні, кохання, найменшу – знайомства [27].

Загалом закономірність міжособистісних стосунків, що демонструє зближення психологічних рис у людей, названо – законом «міжособистісного уподібнення», а частковий його прояв – ефект «поляризації» особистісних рис – формується у процесі тривалих стосунків.

Функції стосунків виявляються в розрізненні їх змісту, психологічного смислу для партнерів. Додатковими критеріями розрізнення міжособистісних стосунків є дистанція між партнерами, тривалість та кількість контактів, норми стосунків, вимоги до умов контакту. Загальна залежність тут така – з поглибленням стосунків скорочується дистанція, збільшується частота контактів [28].

Сприятливою передумовою для успішного формування міжособистісних відносин є взаємна інформованість партнерів один про одного, сформована на основі міжособистісного пізнання. Розвиток міжособистісних відносин багато в чому обумовлюється особливостями

співрозмовників. До них належать стать, вік, національність, властивості темпераменту, стан здоров'я, професія, досвід спілкування з людьми і деякі особистісні характеристики.

Своєрідність міжособистісних відносин між статями проявляється вже в дитинстві. Хлопчики в порівнянні з дівчатками ще в дитячому віці активніше вступають у контакти, беруть участь в колективних іграх, взаємодіють з однолітками. Така картина спостерігається і у дорослих чоловіків. Дівчата тяжіють до спілкування в більш вузькому колі. Вони встановлюють відносини з тими, хто їм подобається. Зміст же спільної діяльності для них не дуже важливий (у хлопчиків навпаки).

У жінок коло спілкування значно менше, ніж у чоловіків. У міжособистісного спілкування вони відчують значно більшу потребу в саморозкритті, передачі іншим особистісної інформації про себе. Частіше вони скаржаться на самотність. У жінок, міжособистісні відносини спрямовані на зменшення соціальної дистанції та встановлення психологічної близькості з людьми. В дружніх стосунках жінки роблять акцент на довірі, емоційної підтримки й інтимності. «Дружні відносини - менш стійкі. Властива жіночій дружбі близькість по дуже широкому колу питань, обговорення нюансів власних взаємин ускладнює їх». Розбіжність, непорозуміння і емоційність розхитує жіночі міжперсональні відносини [28].

Потреба в емоційному теплі з'являється в дитинстві і з віком поступово перетворюється в, різній степені пізнання, психологічну 15 прихильність дітей до людей, які створюють для них психологічний комфорт (Кон [25]). З віком люди поступово втрачають у міжособистісних відносинах властиву юності відкритість. На їхню поведінку накладаються численні соціокультурні норми (особливо професійні та етнічні). Особливо звужується коло контактів після вступу молодих людей у шлюб і появи дітей у сім'ї. Численні міжособистісні відносини зменшуються і проявляються у виробничій та спорідненій сферах.

Етнічні норми обумовлюють товариську, рамки поведінки, правила формування міжособистісних відносин. У різних етнічних спільнотах

міжперсональні зв'язки будуються з урахуванням положення людини в суспільстві, статевовікових статусів, приналежності до соціальних верств і релігійних груп та ін. Деякі властивості темпераменту впливають на формування міжособистісних відносин.

Експериментально встановлено, що холерики і сангвініки легко встановлюють контакти, а флегматик і меланхоліки зазнають труднощів. Закріплення міжособистісних відносин в парах «холерики з холериком», «сангвінік з сангвініком» і «холерики з сангвініком» ускладнене. Стійкі міжперсональні зв'язки утворюються в парах «меланхолік з флегматиком», «меланхолік з сангвініком» і «флегматик з сангвініком» (Обозов [33]).

Отже, можна сказати, що успішні міжособистісні стосунки залежать від багатьох факторів, включаючи привабливість, симпатію, притягання, спільні інтереси, спільні цінності, взаємне узгодження бажань і можливостей, а також взаємне розуміння та повагу. Для збереження стійких міжособистісних стосунків необхідно змінюватись разом зі своїм партнером, знаходити компроміси, використовувати ефективні методи комунікації та конфліктології, розвивати взаємне сприйняття та взаємодію.

1.2. Самооцінка як центральний компонент «Я-концепції» особистості

В психологічних дослідженнях самооцінка інтерпретується як емоційно-оціночна складова Я-концепції, особистісне утворення, що приймає безпосередню участь в регуляції поведінки і діяльності, як автономна характеристика особистості. Центральний компонент самооцінки, що формується при активній участі самої особистості відображає якісну своєрідність її внутрішнього світу [30].

Визначальна роль відводиться самооцінці в рамках дослідження проблем самосвідомості – вона характеризується як стрижень цього процесу, показник індивідуального рівня його розвитку, інтегруюче начало, його особистісний аспект, органічно включений в процес самоусвідомлення. У

вітчизняній психології методологічною основою трактування особистості і самооцінки як її компонента є принципи розвитку, детермінованості, єдності свідомості і діяльності [30].

Особистість розглядається в системі її реальних відносин, в конкретних соціальних ситуаціях, як суб'єкт практичної та теоретичної діяльності. Самооцінці як особистісному утворенню відводиться центральне місце в загальному контексті формування особистості – її здібностей, можливостей, направленості, активності, суспільної значимості. Специфіка трактування особистості в зарубіжній психології, як правило прямо проектується на розуміння сутності самооцінки: вона або визнається, як і особистість, конфліктною, або розглядається як протиставлення справжнього і демонстративного уявлення про себе.

В зарубіжних дослідженнях спостерігається контрастне протиставлення основних факторів формування самооцінки – підкреслення переважної ролі в її розвитку або спілкування з оточуючими, або власної діяльності дитини [32].

В дослідженнях інтеракціоністського напрямку основна роль у формування самооцінки відводиться «іншому» як її першоджерелу розвитку.

В рамках гуманістичної психології більше акцентується роль внутрішніх факторів розвитку самооцінки – емоцій, потреб суб'єкту.

Звернення до емоційно-мотиваційної сфери при розгляді умов, що визначають становлення самооцінки, характерно і для психологів неофрейдистського напрямку.

За К. Роджерсом самооцінка формується на основі оцінки індивіда іншими людьми. Для формування позитивної Я-концепції та адекватної самооцінки, дитина має почувати себе прийнятою, це є головною умовою подальшої самоактуалізації [39].

Наявність різних підходів до розуміння сутності самооцінки свідчить про її складність і багатогранність як психологічного феномену. В самооцінці органічно поєднуються два взаємопов'язані аспекти: процесуальний і структурний. Двоєдина природа самооцінки знайшла відображення в тих

визначеннях, які даються їй в психологічній літературі: в них або актуалізуються її операційні характеристики, фіксуються способи, за допомогою яких людина оцінює себе, або виділяються її показники як особистісного утворення [39].

Самооцінка, з одного боку, розуміється як найважливіше утворення особистості, яке бере безпосередню участь в регуляції людиною своєї поведінки і діяльності, як автономна характеристика особистості, її центральний компонент, який формується при активній участі самої особистості і відображає якісну своєрідність її внутрішнього світу. Ядром самооцінки є цінності.

З іншого боку, самооцінка характеризується як стрижень процесу самосвідомості, показник рівня її розвитку. Самооцінка в трьохкомпонентній схемі Я-концепції частіше за все прямо ототожнюється з емоційно – ціннісним відношенням суб'єкта до себе, рідше – з образом Я або концепцією Я в цілому. Однак, треба зазначити, що на практиці відділення оцінки від знання суб'єкта про себе викликає значну складність, а іноді й взагалі неможливе.

Структура самооцінки розглядається дослідниками як така, що має два компоненти – когнітивний і емоційний, що функціонують в нерозривній єдності. Перший відображає знання людини про себе в різній ступені оформленості та узагальненості, другий – ставлення до себе, «афект на себе». Знання про себе людина отримує в соціальному контексті, і вони обов'язково «обростають» емоціями. Проте, якісні відмінності виділених елементів надає їх єдності внутрішньо диференційованих характер [28].

При вивченні самооцінки акцентується увага на операційних характеристиках, способах, за допомогою яких людини оцінює себе, показниках самооцінки як особистісного утворення. У самооцінці бачать проекцію якостей, що усвідомлюються, на внутрішній еталон, зіставлення своїх характеристик з ціннісними шкалами, форму відображення ставлення до себе, особистісну думку про власну цінність, позитивну чи негативну

установку на себе, рівень власної гідності, засіб і підсумок формування «образу Я» або «Я-концепції» [32].

В психологічній літературі в якості найважливіших факторів генезису самооцінки розглядається спілкування з оточуючими і власна діяльність суб'єкту. В спілкуванні засвоюються критерії оцінок, їх форми, види, способи оцінювання, в індивідуальному досвіді здійснюється їх апробація, наповнення особистісними смислами.

Виділення з оцінок оточуючих основ і способів оцінювання, перенос їх на себе, тобто народження діяльності самооцінювання стає можливим на етапі розвитку у дітей предметних дій і мовлення. Поява здатності у дітей оцінювати себе співвідноситься в дослідженнях з розвитком у дитини таких феноменів, як виникнення етичних інстанцій, почуття ідентичності, автономії та ініціативи, виділення себе і усвідомлення психічних процесів. З утворенням поняття «Я», з появою уявлень про свої можливості.

Особливу роль в формуванні самооцінки дослідники відводять сім'ї. Факти свідчать про те, що недостача любові з боку близьких, породжує у дитини дефіцит самоствавлення аж до неприйняття себе. До факторів, які впливають на формування самооцінки, належать такі як стиль виховання в сім'ї, зацікавленість дорослих у справах дитини; в школі – педагогічна оцінка, замученість дітей в оцінну діяльність [38].

Батьківська неприязнь або умовне прийняття сприяють розвитку реально ослабленого і безпорадного «Я», яке переховується під маскою грандіозного «Я», що демонструється. У цьому випадку реальне «Я» постійно відчуває потребу бути прийнятим, а позитивна самооцінка забезпечується шляхом спеціальних маневрів: уникання спокус, приховування правди, передбачення обвинувачень із спробою самовиправдання, раціоналізації, заміщення, перекладання відповідальності за свої вчинки на інших, зменшення почуття провини через знаходження недоліків в інших людях.

Монополія батьків на спілкування з дитиною, самосвідомість якої тільки починає формуватись, призводить до того, що їхні установки є вирішальним

чинником формулювання змістових засад її Я-концепції. Самооцінка відображає ступінь розвитку в індивіда почуття самоповаги, відчуття власної цінності і позитивного ставлення до всього того, що входить до сфери його Я. Тому низька самооцінка передбачає неприйняття себе, самозаперечення, негативне ставлення до своєї особистості. Крім того, самооцінка виявляється в усвідомлених судженнях індивіда, в яких він прагне визначити свою непересічну значущість.

Самооцінка – цінність і значущість, котрі індивід приписує собі в цілому та окремим сторонам своєї особистості, поведінки, діяльності, комунікації; відіграє роль важливого особистісного утворення і одного з центральних компонентів Я-концепції, вміщує у своїй побудові особистісні значення і смисли, систему ставлень і вартостей. Водночас це складна психоформа внутрішнього світу людини, котра визначає характер її самоствавлення, ступінь самоповаги, рівень домагань, ціннісне прийняття чи неприйняття себе; виконує регулятивну, захисну і навіть терапевтичну функції; може бути різного рівня усвідомлення, адекватності [38].

Для адекватної самооцінки істотними є три моменти [13]:

- По-перше, важливу роль у її формуванні відіграє зіставлення образу реального Я з образом ідеального Я, тобто з уявленням про те, якою людина хотіла б бути.
- По-друге, важливий чинник формування самооцінки, пов'язаний з інтеріоризацією соціальних реакцій індивіда. Це означає, що особа схильна оцінювати себе так, як оцінюють її інші люди.
- По-третє, індивід оцінює успішність своїх дій-виявів через формат своєї ідентичності/

Результати експериментальних досліджень свідчать, що люди все ж здатні адекватно оцінювати свої якості та можливості. Аналізовані самооцінки – своєрідні схеми самоствавлення, що узагальнюють минулий досвід людини, організують та структурують нову інформацію стосовно певного аспекту Я.

Самооцінка, як пише Р. Бернс, величина не постійна, вона змінюється залежно від обставин. Джерелом оціночних значень є різних уявлень індивіда про себе є його соціокультурне середовище, у якому ці уявлення нормативно фіксуються в мовленнєвих значеннях [4].

Критичним віком для розвитку самосвідомості і самооцінки, зокрема, є підлітковий вік, в якому найбільш інтенсивно проходить процес самопізнання. Самооцінка підлітків істотно залежить від оцінок їх референтними однолітками, в той час як юнаки орієнтуються більше на самооцінку, ніж на оцінку їх оточуючими. Самооцінка переважає все більше як регулятор поведінки, хоча значущість оцінок оточуючих зберігається. Розглянемо детальніше роль навчально-виховного процесу в становленні цілісно-позитивної Я-концепції студентів.

1.3. Психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів в залежності від рівня їх самооцінки

Спілкування студентів є актуальною проблемою в наш час, її актуальність випливає з того, що студентство – це найважливіший етап у розвитку особистості. У цей період відбувається становлення фахівця, формування його світогляду, ідеалів, переконань. Студентські роки для молоді людини слід розглядати не тільки як підготовку до майбутньої професійної діяльності, але й як першу сходинку до зрілості. Зріла особистість повинна вміти спілкуватися з різними людьми на різні теми і тому вища школа пред'являє високі вимоги до психологічного клімату у вузі, що реалізується в повсякденному спілкуванні.

Формування власного індивідуального стилю спілкування у студентів пов'язане з розвитком творчої індивідуальності студентів, професорів, доцентів і викладачів. Цілеспрямовано навчитися спілкуванню неможливо. Немає такої школи або університету, де б навчали складного мистецтва спілкування. Звісно, досвід спілкування набувається людиною і в процесі праці, й у пізнавальній діяльності, проте цього замало. Велика кількість

проблем у житті, зокрема в школі, університеті та сім'ї, виникає саме тому, що люди не мають навичок спілкування, не знають його механізмів, законів [51].

Проблема спілкування викликала зацікавленість на різних етапах розвитку психології, над її дослідженням працювало багато психологів та педагогів, зокрема П. К. Анохін [1], С. Л. Рубінштейн [42], В. Кан-Калик [19], Л. І. Божович [5]. Результати досліджень вчених показали, що особливості спілкування між студентською молоддю перебувають в залежності від рівня їх самооцінки.

Рівень самооцінки може впливати на психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів у різних аспектах. Нижчий рівень самооцінки може призвести до більшого почуття нестатності і неспішності в стосунках, що може зменшити шанси на утворення довготривалих та задовільних стосунків.

Одним з основних проявів низької самооцінки може бути почуття непевності в себе та своїх можливостях. Це може спричинити уникання інтеракцій з іншими людьми, особливо з тими, що вважаються більш успішними або здатними. Це може знизити шанси на утворення нових стосунків та погіршити якість існуючих, оскільки недостатня самооцінка може спричинити відчуття відстороненості та неприйнятності [54].

Крім того, люди з низькою самооцінкою можуть частіше переживати негативні емоції, такі як тривога та депресія. Це може впливати на їхні взаємини з іншими людьми, оскільки вони можуть бути більш чутливі до критики та відмови, що може призвести до більшого страху перед конфліктами та небезпекою взаємодії з іншими людьми.

Крім того, студенти з низькою самооцінкою можуть мати тенденцію до більшого рівня залежності від інших людей. Вони можуть шукати підтримку та визнання від інших, що може спричинити конфлікти в стосунках, якщо це перетвориться на контрольні маніпуляції або вимагання уваги від інших.

У студентів з високим рівнем самооцінки можуть бути більш активні та відкриті міжособистісні стосунки, адже вони більш впевнені в собі та своїх

здібностях. Вони можуть бути більш спроможні у вирішенні конфліктів та більш толерантні до інших людей, що може підвищувати шанси на успішні міжособистісні стосунки [55].

По-перше, студенти з високим рівнем самооцінки можуть бути більш активні та відкриті у стосунках з іншими людьми. Вони вірять у свої здібності та компетентність, що дозволяє їм легше спілкуватися та взаємодіяти з іншими людьми. Вони можуть бути більшим ризиком для встановлення контакту з іншими людьми, що збільшує шанси на формування нових стосунків та знайомств.

По-друге, студенти з високим рівнем самооцінки можуть бути більш спроможні у вирішенні конфліктів. Оскільки вони вірять у свою компетентність та здібності, вони можуть бути менш схильні до переживання вини та боязні розриву стосунків у випадку конфлікту. Вони також можуть бути більш впевненими у своїй позиції та більш вмілими у вираженні своїх думок та почуттів, що може допомогти вирішити конфліктну ситуацію та зберегти стосунки.

По-третє, студенти з високим рівнем самооцінки можуть бути більш толерантні до інших людей. Вони не відчують потреби доказувати свою компетентність та перевагу над іншими, тому можуть бути більш відкритими та сприйнятливими до думок та почуттів інших людей. Це може забезпечити здатність до співпраці та спільної роботи, що може збільшити шанси на успішну міжособистісну взаємодію.

Студенти з завищеною самооцінкою можуть мати певні особливості у міжособистісних стосунках, які можуть впливати на їхню якість та тривалість. Основна особливість студентів з завищеною самооцінкою полягає в тому, що вони можуть переоцінювати свої здібності та навички, а також можуть бути менш відкриті до критики та конструктивної зворотного зв'язку [55].

Це може призводити до того, що студенти з завищеною самооцінкою можуть бути більш впевненими у своїй правоті та вирішенні проблем, що може бути перешкодою для співпраці та колективної роботи з іншими

студентами. Крім того, вони можуть бути менш толерантні до інших людей, що може вплинути на якість та тривалість їхніх міжособистісних стосунків.

Також, студенти з завищеною самооцінкою можуть бути більш вразливими до стресу та перевантаження, оскільки вони можуть намагатися виконувати завдання на високому рівні, незважаючи на свої можливості та обмеження. Це може призводити до виснаження та втому, що може вплинути на якість їхніх міжособистісних стосунків та спілкування з іншими людьми.

Психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів залежать від багатьох факторів, включаючи рівень самооцінки. Однак, рівень самооцінки не є єдиним чинником, який впливає на міжособистісні стосунки. Інші фактори також можуть відігравати важливу роль [32].

Особистість – це один з найважливіших факторів, що впливають на міжособистісні стосунки. Різні типи особистості можуть мати різний вплив на спосіб, яким студенти взаємодіють один з одним. Наприклад, екстравертні студенти можуть бути більш активними у встановленні стосунків та взаємодії з іншими людьми, тоді як інтровертні студенти можуть відчувати більшу потребу в особистому просторі та бути менш впевненими у встановленні нових знайомств [9].

Соціальні навички – це навички, які допомагають студентам взаємодіяти з іншими людьми. Наприклад, здатність слухати інших, висловлювати свої думки та почуття, виявляти емпатію та розв'язувати конфлікти можуть допомогти встановити довготривалі та задовільні стосунки. Студенти, які мають добрі соціальні навички, можуть бути більш успішними в цьому плані, незалежно від рівня самооцінки.

Досвід – досвід взаємодії з іншими людьми також може впливати на міжособистісні стосунки студентів. Студенти, які мають досвід роботи в команді, можуть бути більш здатні до співпраці та взаємодії з іншими людьми, ніж ті, хто не мали такого досвіду. Вони можуть бути більш емпатичні та здатні краще розуміти потреби та очікування інших членів команди. Досвід

взаємодії з різними типами людей може також допомогти студентам розвивати соціальні навички, такі як комунікація, співпраця та вирішення конфліктів [6].

Контекст – контекст, у якому відбуваються міжособистісні стосунки, також може впливати на їхню успішність. Наприклад, стосунки, що виникають в рамках дружньої та підтримуючої спільноти, можуть бути більш успішними, ніж ті, які формуються в конкурентному середовищі. Крім того, контекст може впливати на те, які соціальні норми та очікування членів спільноти відносно стосунків. Наприклад, у навчальному середовищі можуть існувати вимоги до знайомства з певними людьми або до того, щоб мати певну кількість друзів. У цьому випадку, успішність міжособистісних стосунків може бути пов'язана з тим, наскільки успішно студенти відповідають на такі вимоги та очікування.

Крім того, контекст може впливати на те, які можливості є у студентів для взаємодії з іншими людьми. Наприклад, у навчальному середовищі може бути обмежена кількість часу, який студенти мають для соціальної взаємодії, через навчальні завдання та заняття. У цьому випадку, успішність міжособистісних стосунків може бути пов'язана з тим, наскільки добре студенти можуть організувати свій час та використовувати можливості для взаємодії з іншими людьми [13].

Адекватна самооцінка дозволяє особистості об'єктивно оцінювати свої особливості та співвідносити їх з індивідуальнопсихологічними якостями партнера по спілкуванню, з ситуацією. Вибирати відповідний стиль міжособистісних відносин і коригувати його в разі потреби. Завищена самооцінка привносить у інтерперсональні відносини елементи зарозумілості і поблажливості. Якщо партнера по спілкуванню влаштовує такий стиль міжособистісних відносин, то вони будуть достатньо стійкі, в іншому ж випадку вони набувають напружений характер.

Занижена самооцінка особистості змушує її підлаштовуватися до стилю міжособистісних відносин, які пропонуються партнером по спілкуванню. У той же час це може вносити певну психічну напруженість в міжособистісні відносини в зв'язку з внутрішнім дискомфортом особистості.

Потреба в спілкуванні, встановленні міжособистісних контактів з людьми є фундаментальною характеристикою людини. Разом з тим серед людей зустрічаються особи, у яких потреба в довірчому спілкуванні (афіліації) і милосердя (альтруїзм) дещо завищена. Дружні міжособистісні стосунки найчастіше формуються з однією людиною або декількома особами, а афіліація і альтруїзм, як правило, проявляються до багатьох людей. Результати досліджень свідчать, що допоміжною поведінкою виявлено у людей, які володіють емпатією, високим рівнем самоконтролю і схильних приймати самостійні рішення.

Показниками афіліативної поведінки є позитивні вербальні висловлювання, тривалі контакти очей, доброзичливий вираз обличчя, збільшений прояв вербальних і невербальних знаків згоди, довірливі дзвінки по телефону та ін. Викладена характеристика афіліативної поведінки за формою нагадує стадію дружніх відносин, а її показники - критерії розвитку позитивних міжособистісних відносин.

В ході досліджень були виділені особисті якості, які ускладнюють розвиток міжособистісних стосунків. У першу групу увійшли самозакоханість, зарозумілість, і марнославство. До другої групи належать догматизм, постійна схильність не погоджуватися з партнером. Третя група включала лукавство і нещирість (Куницина, Казарінова, Погольша, 2001 [20]).

Таким чином, для того, щоб розуміти психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів, необхідно враховувати різноманітні фактори, що впливають на ці стосунки. Рівень самооцінки, особистість, соціальні навички, досвід та контекст є лише деякими з них, і взаємодія між цими факторами може бути дуже складною та індивідуальною.

Отже, рівень самооцінки може впливати на психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів, але це не єдиний чинник, що впливає на ці стосунки. Важливо враховувати інші фактори та контекст, щоб зрозуміти повну картину взаємодії між людьми.

Висновки до розділу 1

Міжособистісні стосунки є невід'ємною частиною життя кожної людини і визначають якість її життя. Вони формуються на основі різних принципів, таких як взаємодія, взаєморозуміння, співпраця, повага та ін. Важливою складовою міжособистісних стосунків є самооцінка, яка впливає на сприйняття іншої людини, а також на взаємодію з нею.

У формуванні міжособистісних стосунків важливу роль відіграє самооцінка, яка впливає на психологічні особливості стосунків студентів. Високий рівень самооцінки сприяє більш відкритим та успішним міжособистісним стосункам, тоді як низький рівень може призвести до більшої нестатності та конфліктів.

Принципи формування успішних міжособистісних стосунків включають в себе співпрацю, співробітництво, взаємоповагу та толерантність. Однак, важливо пам'ятати, що інші фактори, такі як особистість, соціальні навички, досвід та контекст, також можуть впливати на успішність міжособистісних стосунків. Усвідомлюючи ці фактори, студенти можуть бути більш успішними в формуванні та підтриманні задовільних та здорових міжособистісних стосунків.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ

2.1. Організація та методики дослідження

Проведення емпіричного аналізу особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки має важливість, адже таке дослідження може сприяти розумінню впливу самооцінки на міжособистісні взаємодії студентів в університетському середовищі.

Рівень самооцінки може відігравати важливу роль у взаємини студентів з іншими людьми, що може вплинути на їхню адаптацію в університеті, соціалізацію та успішність навчання.

За допомогою соціальних мереж було проведено опитування в якому взяло участь 84 студента, різних університетів та курсів, від 17 до 23 років.

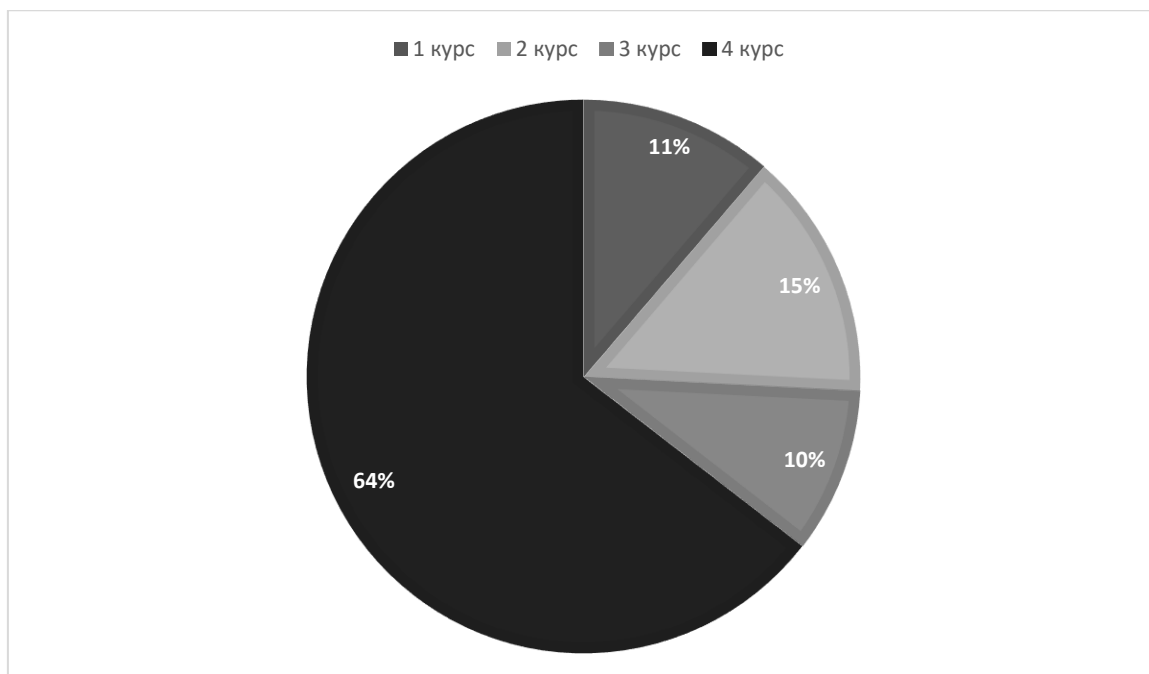


Рис. 2.1 Процентне співвідношення вибірки по курсам

Для дослідження було обрано наступні методики:

Методика «Визначення рівня своєї самооцінки Г. М. Казанцева» (Додаток А) є однією з найпоширеніших використовуваних методик для визначення рівня самооцінки у психологічних дослідженнях.

Ця методика складається з 20 запитань, на які можна відповісти «так» або «ні». Вони стосуються різних аспектів життя, таких як відносини з батьками, друзями, успіхи у навчанні, роботі та інших сферах життя. Отриманий результат вимірюється в балах, при цьому кожній відповіді «так» присвоюється 1 бал, а відповіді «ні» – 0 балів.

Основна ідея методики полягає в тому, що рівень самооцінки може відобразитись у ставленні до різних аспектів життя. Чим вищий рівень самооцінки, тим більше людина схильна вірити в свої можливості та здатності, відчувати себе задоволеною життям і мати позитивні взаємини з іншими людьми.

Застосування методики Г. М. Казанцевої дозволяє оцінити рівень самооцінки студентів та зв'язок між цим рівнем та особливостями їх міжособистісних стосунків. Дослідження цього зв'язку може допомогти в розумінні механізмів формування міжособистісних взаємин та вирішенні проблем, пов'язаних з соціальною адаптацією студентів у навчальному середовищі.

Методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса (Додаток Б) [67] складається з 27 пунктів, які дозволяють виявити три види спрямованості: спрямованість на себе (Я), спрямованість на спілкування (О) та спрямованість на справу (Д). Щоб визначити, до якої спрямованості належить випробуваний, йому необхідно відповісти на кожен пункт анкети, вибравши одну відповідь, яка найбільшою мірою відображає його думку або відповідає реальності, і одну відповідь, яка найменш відповідає його думці або найменш відповідає реальності. Бали за кожний пункт підсумовуються для кожного виду спрямованості окремо.

Виявлення спрямованості особистості може бути корисним для дослідження в різних контекстах, таких як організаційна психологія, дослідження міжособистісних взаємин, розвиток лідерських якостей тощо.

Дослідження міжособистісних взаємин можуть виявити, які спрямованості є більш привабливими для певних типів людей, або які спрямованості можуть викликати конфлікти. Крім того, знання про спрямованість може допомогти в особистісному зростанні, дозволяючи краще зрозуміти свої мотивації та прагнення і знаходити способи досягнення своїх цілей. Також знання про спрямованість може бути корисним у взаєминах з іншими людьми, допомагаючи краще зрозуміти їх мотивації та потреби, та підвищувати ефективність комунікації та співпраці.

Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі (Додаток В) [67], призначена для дослідження уявлень особистості про себе та ідеальному «Я», а також для аналізу взаємин у малих групах. За допомогою цієї методики можна визначити переважаючий тип відносин особистості до людей, який відображається у її самооцінці та взаємооцінці.

В процесі дослідження виділяються два чинники: «домінування-підпорядкування» та «дружелюбність-агресивність (ворожість)». Ці чинники визначають загальне враження про особистість в міжособистісному сприйнятті.

Дана методика дозволяє визначити ряд орієнтацій – типів ставлення до оточуючих, а також робити висновки про вираженість типу та ступінь адаптованості поведінки особистості. Якщо ступінь неадаптивності поведінки є дуже великою, можна припустити про наявність невротичних відхилень, дисгармонії в сфері прийняття рішень або результат будь-яких екстремальних ситуацій.

Опитувальник для визначення самоставлення особистості (В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв) (Додаток Г) [47], призначена для вивчення різних аспектів самосвідомості особистості, зокрема її цінностей, особистісного судження, оцінки характеристик та їх впливу на

самореалізацію. Методика дозволяє визначити рівень внутрішньої чесності, самовпевненості, самокерування, самоствавлення, самоцінності, самоприйняття, самоприв'язаності, внутрішньої конфліктності та самозвинувачення.

Ця методика є корисною для вивчення різних аспектів самосвідомості, що може допомогти людині краще зрозуміти себе, свої цінності та прагнення. Результати можуть бути використані для розуміння того, що людина повинна змінити або поліпшити у своєму житті для досягнення більшої самореалізації та задоволеності.

Методика опитувальника для визначення самоствавлення особистості може бути корисною для вивчення міжособистісних стосунків, оскільки вона дає можливість оцінити особистісні характеристики людей з точки зору їхньої самореалізації. Це може допомогти зрозуміти, як самоствавлення кожної людини впливає на її взаємодію з іншими людьми, на її поведінку, відносини та спілкування з оточуючими. Наприклад, люди з високим рівнем самовпевненості можуть бути більш успішними в міжособистісних стосунках, тоді як люди з низьким рівнем самооцінки можуть мати складнощі у встановленні здорових стосунків з іншими людьми. Отже, методика може допомогти у пізнанні та розвитку міжособистісних стосунків.

Коефіцієнт кореляції Пірсона – це статистичний показник, який використовується для визначення сили та напрямку лінійного зв'язку між двома змінними. У цьому випадку, ми будемо використовувати коефіцієнт кореляції Пірсона для встановлення зв'язку між самооцінкою та міжособистісними стосунками.

Коефіцієнт кореляції Пірсона приймає значення в діапазоні від -1 до +1, де -1 вказує на повну негативну кореляцію, +1 вказує на повну позитивну кореляцію, а 0 вказує на відсутність кореляції між змінними. Якщо значення коефіцієнта кореляції Пірсона додатне, то зі збільшенням значення однієї змінної збільшується й інша змінна. Якщо значення коефіцієнта кореляції

Пірсона від'ємне, то зі збільшенням значення однієї змінної зменшується інша змінна.

Щоб використовувати коефіцієнт кореляції Пірсона, ми зазвичай збираємо дані про обидві змінні, які ми хочемо порівняти, і обчислюємо значення коефіцієнта кореляції. Для цього ми використовуємо формулу:

$$r = (\Sigma(x - Mx)(y - My)) / \text{sqrt}(\Sigma(x - Mx)^2 * \Sigma(y - My)^2)$$

де r – коефіцієнт кореляції, x та y – значення змінних, Mx та My – середні значення відповідних змінних. Знак Σ вказує на суму значень, а sqrt – на корінь квадратний з виразу, який йде після знаку.

Отже, використання методик, таких як опитувальники для визначення особистості, можуть допомогти людям краще зрозуміти себе і свої внутрішні переживання. Це може позитивно вплинути на їхні міжособистісні стосунки, оскільки вони зможуть краще розуміти свої потреби і бажання та бути більш чесними та відкритими у спілкуванні з іншими людьми.

Крім того, вивчення особистості може допомогти у покращенні взаємодії з іншими людьми, оскільки воно дозволяє краще розуміти, як люди реагують на різні ситуації та події. Таким чином, використання цих методик може бути корисним для досягнення більш здорових та задовільних міжособистісних стосунків.

2.2 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки

Метою емпіричного дослідження є вивчення особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки. Для визначення рівня самооцінки була використана методика Г. М. Казанцевої. Результати цієї методики були використані для ділення студентів на три групи відповідно до рівня самооцінки.

Таблиця 2.1

Результати методики Казанцевої Г. М.

Рівень самооцінки	Кількість респондентів	Відсоток
Занижена самооцінка	27	32,1%
Адекватна самооцінка	36	42,8%
Завищена самооцінка	21	25,0%

За результатами дослідження, 32,1% респондентів мають занижену самооцінку, мають тенденцію надто критично ставитися до себе та недооцінювати свої здібності, можливості та досягнення. Така занижена самооцінка може призводити до психологічного дискомфорту, страху перед провалом, а також може перешкоджати вірному розумінню своїх сильних сторін і розвитку особистості.

42,8% мають адекватну самооцінку, що може свідчити про достатню об'єктивність у розумінні своїх можливостей та обмежень. Вони можуть бути реалістами в оцінці своїх досягнень та зусиль, які потрібні для досягнення поставлених цілей. Така група студентів може бути більш ефективною у досягненні своїх цілей, оскільки вони можуть бути більш об'єктивними щодо своїх здібностей та можливостей, та більш реалістично планувати свої дії.

25,0% мають завищену самооцінку, це може свідчити про те, що вони схильні переоцінювати свої здібності та досягнення, і можуть мати перебільшену впевненість в собі. Завищена самооцінка може мати як позитивні, так і негативні наслідки для міжособистісних стосунків та успіху в різних сферах життя.

Отже, можна стверджувати, що найбільша кількість студентів має адекватну самооцінку, але існує певна частка студентів з низькою та завищеною самооцінкою, що може впливати на їхні міжособистісні стосунки та успішність у навчанні.

Після аналізу методики, ми розділимо вибірку на три групи:

1. Група А – Занижена самооцінка.
2. Група Б – Адекватна самооцінка.
3. Група В – Завищена самооцінка.

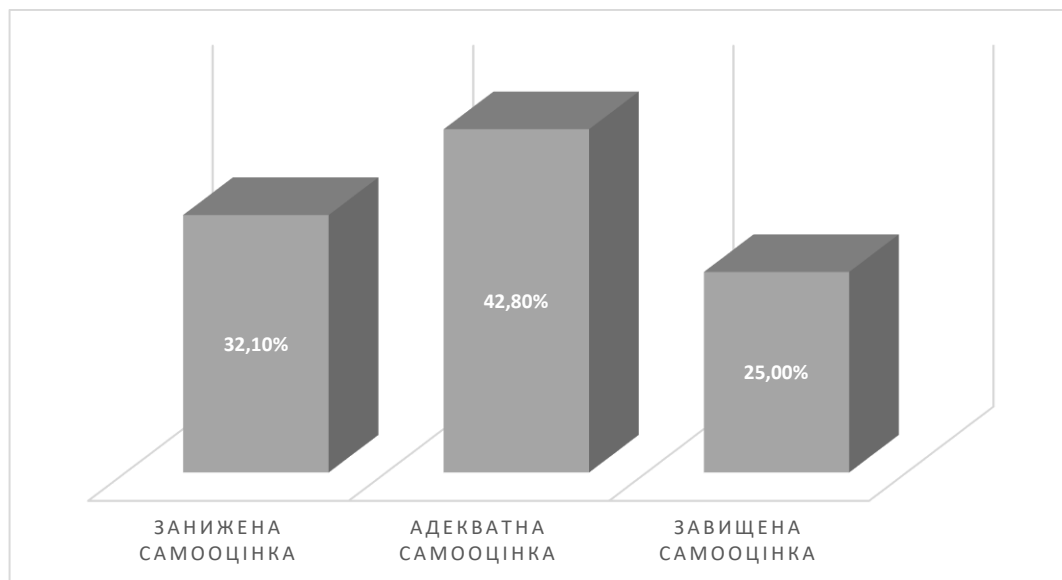


Рис. 2.2 Процентне співвідношення розподілу рівнів самооцінки

Поділ на групи в даному випадку дозволить вивчити психологічні особливості міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки. Поділ на групи дозволить провести порівняльний аналіз результатів тестів, що вимірюють психологічні характеристики міжособистісних стосунків, у різних групах студентів з різними рівнями самооцінки.

Це дозволить отримати більш точну інформацію про специфіку міжособистісних взаємодій в залежності від рівня самооцінки та виявити можливі особливості в поведінці та сприйнятті інших людей.

Розглянемо результати методики діагностики спрямованості особистості Б. Басса. Дана методика буде корисна для вивчення спрямованості особистості студентів з різним рівнем самооцінки та їх впливу на міжособистісні стосунки. Результати методики можуть допомогти визначити, які типи спрямованості особистості є характерними для кожної з груп студентів з різним рівнем самооцінки.

Таблиця 2.2

Результати груп за методикою Б. Басса

Група	Показники	Спрямованість на себе		Спрямованість на спілкування		Спрямованість на справу	
		Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток
Група А (Занижена самооцінка) N=27	Високі показники	3	11,1%	5	18,5%	3	11,1%
	Середні показники	8	29,6%	10	37,0%	11	40,7%
	Низькі показники	16	59,2%	12	44,4%	13	48,1%
Група Б (Адекватна самооцінка) N=36	Високі показники	17	47,2%	21	58,3%	15	41,6%
	Середні показники	14	38,8%	15	41,6%	18	50,0%
	Низькі показники	5	13,8%	0	0%	3	8,3%
Група В (Завищена самооцінка) N=21	Високі показники	15	71,4%	12	57,1%	14	66,6%
	Середні показники	6	28,5%	7	33,3%	6	28,5%
	Низькі показники	0	0%	2	9,5%	1	4,7%

Для групи А, яка характеризується заниженою самооцінкою, результати методики діагностики спрямованості особистості Б. Басса показують, що більшість респондентів (59,2%) мають низький рівень спрямованості на себе, тобто менше уваги приділяють своїм потребам і більше стежать за іншими. 29,6% студентів мають середні показники, та 11,1% високі.

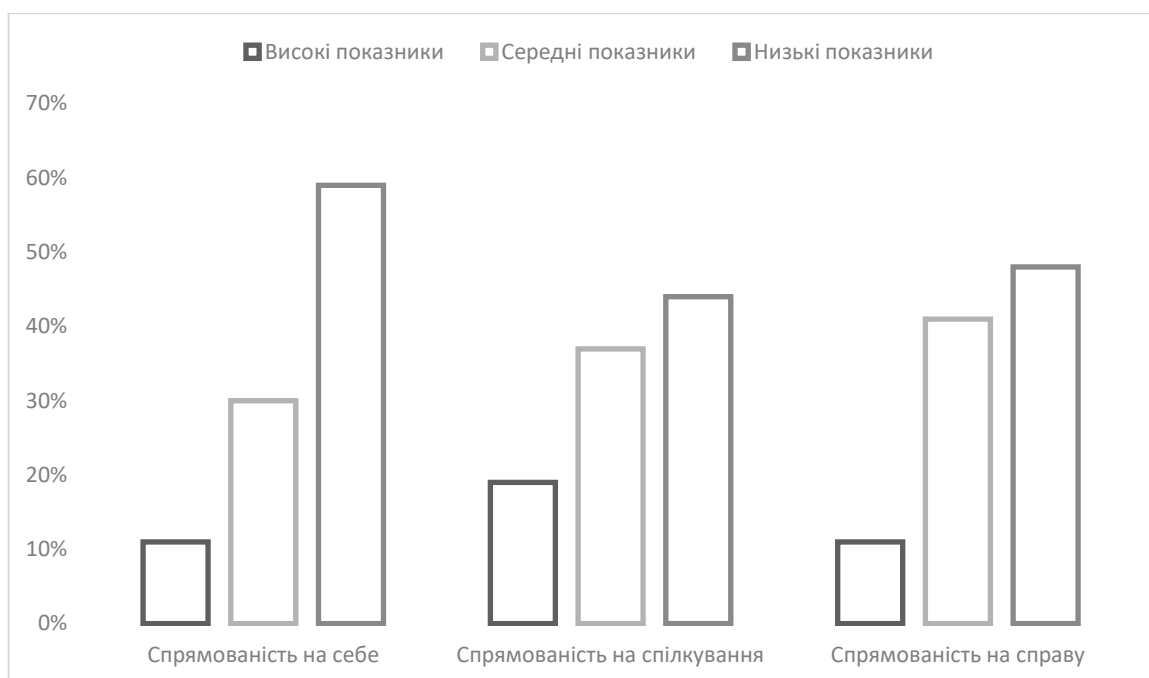


Рис. 2.3 Процентне співвідношення результатів Група А (Знижена самооцінка), за методикою Б. Басса

Більшість студентів мають низький рівень спрямованості на справу (48,1%), що може свідчити про те, що ці студенти менше уваги приділяють досягненню мети і розвитку своїх професійних навичок. Також з результатів групи А – 44,4% мають низькі показники спрямованості на спілкування, 37,0% отримали середні показники та 18,5% – високі.

Більшість студентів з заниженою самооцінкою не приділяє достатньо уваги соціальним відносинам і спілкуванню з іншими людьми, а більшість з них також не має достатньої уваги до своїх власних потреб. Це може впливати на якість міжособистісних стосунків, зокрема може призводити до відчуття самотності та відчуженості від інших людей. Однак, є також студенти з групи А, які мають середні або високі рівні спрямованості на себе та/або на спілкування, що може позитивно вплинути на їхні міжособистісні відносини.

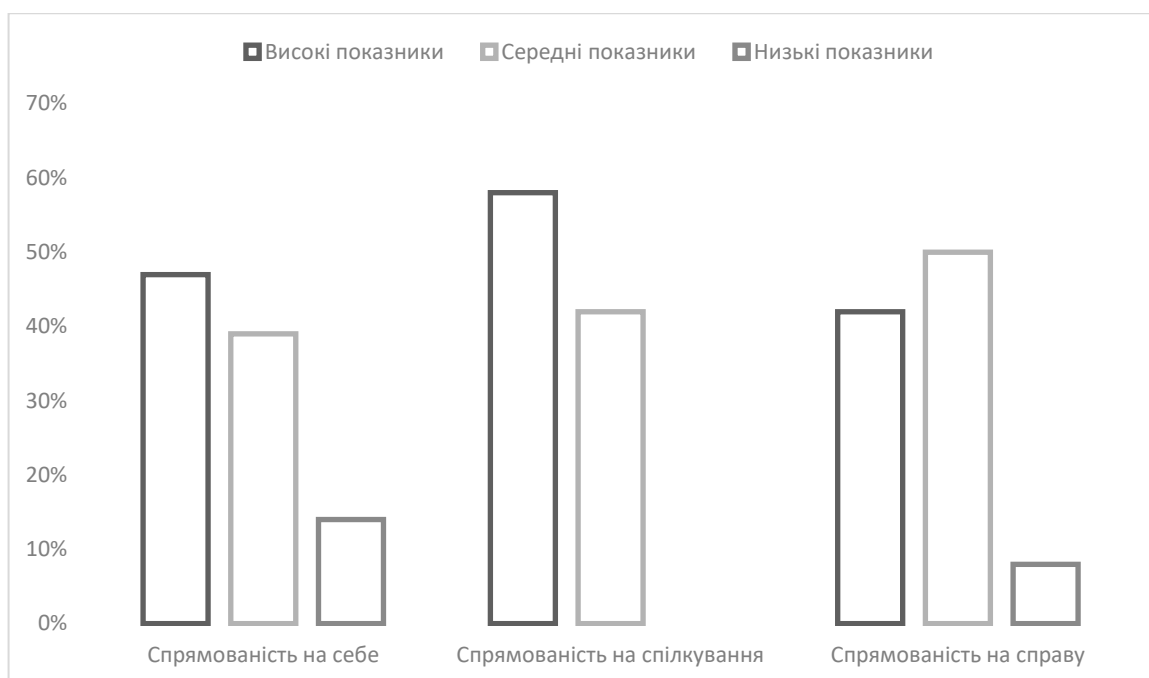


Рис. 2.4 Процентне співвідношення результатів група Б – Адекватна самооцінка, за методикою Б. Басса

Для групи Б, яка характеризується адекватною самооцінкою, результати методики діагностики спрямованості особистості Б. Басса показують, що більшість респондентів (47,2%) мають високий рівень спрямованості на себе, тобто надають більше уваги своїм потребам та бажанням. 38,8% студентів мають середні показники, що може свідчити про здатність до балансу між власними потребами та потребами інших. 13,8% студентів мають низькі показники спрямованості на себе, що може свідчити про здатність ставити інтереси інших перед своїми.

У групі Б більшість респондентів (58,3%) мають високий рівень спрямованості на спілкування, тобто приділяють багато уваги стосункам з іншими людьми та їх потребам. 41,6% студентів мають середні показники спрямованості на спілкування, що може свідчити про здатність до побудови рівноправних стосунків з іншими людьми та уваги до їх потреб. Нульовий відсоток студентів мають низькі показники спрямованості на спілкування.

Щодо спрямованості на справу, більшість респондентів групи Б (50,0%) мають середні показники, що може свідчити про баланс між

цілеспрямованістю та гнучкістю у досягненні мети. 41,6% студентів мають високі показники спрямованості на справу, що може свідчити про цілеспрямованість та рішучість у досягненні мети. Тільки 8,3% студентів мають низькі показники спрямованості на справу, що може свідчити про недостатню увагу до досягнення мети та бажання уникати ризику і напруження в процесі досягнення цілей.

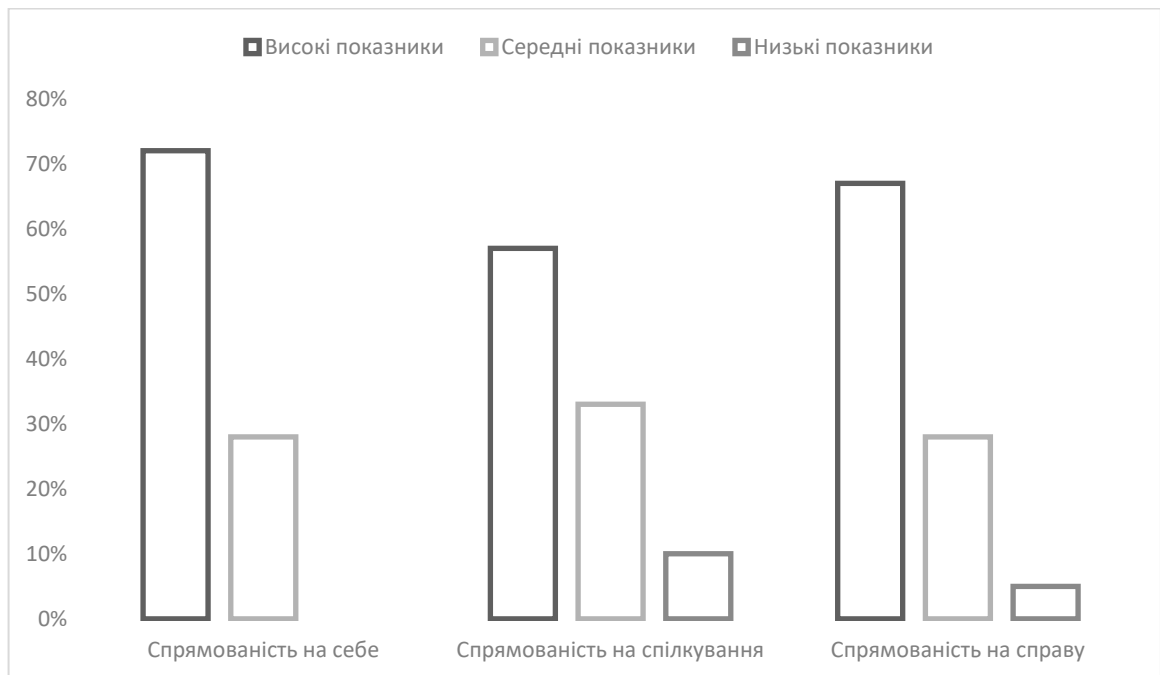


Рис. 2.5 Процентне співвідношення результатів Група В – Завищена самооцінка, за методикою Б. Басса

Група В характеризується завищеною самооцінкою. За результатами методики діагностики спрямованості особистості Б. Басса, більшість респондентів (71,4%) мають високий рівень спрямованості на себе, тобто приділяють більше уваги своїм потребам та бажанням, ніж увазі інших людей. 33,3% студентів мають середні показники спрямованості на спілкування, тобто вони балансують між увагою до власних потреб і потреб інших людей. Також 9,5% студентів мають середні показники спрямованості на спілкування та 4,7% – низькі, що може свідчити про недостатню увагу до комунікації з іншими людьми.

Щодо спрямованості на справу, більшість респондентів групи В (66,6%) мають високі показники, що може свідчити про цілеспрямованість та рішучість у досягненні мети. 28,5% студентів мають середні показники спрямованості на справу, що може свідчити про баланс між цілеспрямованістю та гнучкістю у досягненні мети. Тільки 4,7% студентів мають низькі показники спрямованості на справу, що може свідчити про недостатню увагу до досягнення мети та можливу несистемність у діях.

Студенти з заниженою самооцінкою (група А) мають високий рівень спрямованості на інших, низький рівень спрямованості на себе та на справу. Це може свідчити про нестабільність та низьку самооцінку цієї групи студентів.

Студенти з адекватною самооцінкою (група Б) мають високий рівень спрямованості на спілкування та на справу, середній рівень спрямованості на себе. Ця група студентів може бути вважана збалансованою з точки зору самооцінки та міжособистісних стосунків.

Студенти з завищеною самооцінкою (група В) мають високий рівень спрямованості на себе та на справу, середній рівень спрямованості на спілкування. Це може свідчити про переоцінку власних можливостей та недооцінку важливості міжособистісних стосунків для досягнення успіху.

Отже, рівень самооцінки має вплив на спрямованість студентів на себе, на спілкування та на справу в міжособистісних стосунках. З цими даними можна працювати для покращення взаємин між студентами

Далі ми будемо використовувати методіку діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі, це допоможе з'ясувати особливості стосунків між студентами з різним рівнем самооцінки.

Таблиця 2.3

Результати за тестом Лірі Група А N=27 (Занижена самооцінка)

Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Число	Відсоток	Число	Відсоток	Число	Відсоток
Авторитарність	6	22,2%	11	40,7%	10	37,0%
Егоїстичність	7	25,9%	5	18,5%	15	55,5%
Агресивність	5	18,5%	4	14,8%	18	66,6%
Підозріливість	7	25,9%	12	44,4%	8	29,6%
Підлеглість	13	48,1%	8	29,6%	6	22,2%
Залежність	8	29,6%	12	44,4%	7	25,9%
Доброзичливість	9	33,3%	14	51,8%	4	14,8%
Альтруїстичність	7	25,9%	8	29,6%	12	44,4%
Домінування	4	14,8%	7	25,9%	16	59,2%
Дружелюбність	11	40,7%	7	25,9%	9	33,3%

Згідно з результатами дослідження, 22,2% респондентів мають високий рівень авторитарності. Це може свідчити про те, що вони мають тенденцію до використання своєї влади і контролю над іншими людьми. 40,7% респондентів мають середній рівень авторитарності, що може означати, що вони в змозі здійснювати певний рівень контролю над іншими людьми, але не настільки сильно, як люди з високим рівнем авторитарності. Нарешті, 37,0% респондентів мають низький рівень авторитарності, що може свідчити про те, що вони не використовують свою владу для контролю над іншими і дозволяють іншим людям діяти вільно.

Згідно з результатами дослідження, 25,9% респондентів мають високий рівень егоїстичності, що може свідчити про те, що вони схильні до зосередження на своїх власних потребах і інтересах без звернення уваги на потреби та інтереси інших людей. 18,5% респондентів мають середній рівень егоїстичності, що може означати, що вони можуть мати іноді тенденції до зосередження на своїх власних потребах, але також беруть до уваги потреби та інтереси інших людей. 55,5% респондентів мають низький рівень

егоїстичності, що свідчить про те, що вони зазвичай ставлять потреби та інтереси інших людей на перше місце, ніж свої власні.

Шкала «Агресивність» свідчить про тенденцію респондентів до вияву агресії та насильства у відносинах з іншими людьми. 18,5% респондентів мають високий рівень агресивності, що може бути пов'язано зі злістю, роздратуванням та недовірою до інших людей. 14,8% респондентів мають середній рівень агресивності, а 66,6% – низький рівень.

Шкала «Підозріливість» оцінює нахил респондентів до підозр і недовіри до інших людей. 25,9% респондентів мають високий рівень підозріливості, що може свідчити про їх переймання та недовіру до нових людей та ситуацій. 44,4% респондентів мають середній рівень підозріливості, а 29,6% – низький рівень.

Шкала «Підлеглисть» описує ступінь схильності респондентів до покірності та підпорядкованості авторитетам. 48,1% респондентів мають високий рівень підлеглисті, що може свідчити про їх готовність слідувати інструкціям та приймати рішення відповідно до вказівок авторитетів. 29,6% респондентів мають середній рівень підлеглисті, а 22,2% – низький рівень.

Залежність – згідно з дослідженням, 29,6% респондентів мають високий рівень залежності, що може свідчити про те, що вони можуть мати складнощі з самостійним прийняттям рішень та залежати від інших людей. 44,4% респондентів мають середній рівень залежності, що означає, що вони можуть іноді звертатися за допомогою до інших людей, але здатні самостійно приймати рішення. 25,9% респондентів мають низький рівень залежності, що може свідчити про їхню самостійність та незалежність.

33,3% респондентів мають високий рівень доброзичливості, що може свідчити про те, що вони є приязними та доброзичливими до інших людей. 51,8% респондентів мають середній рівень доброзичливості, що означає, що вони можуть проявляти доброзичливість залежно від ситуації. 14,8% респондентів мають низький рівень доброзичливості, що може свідчити про їхню недбалість до інших людей.

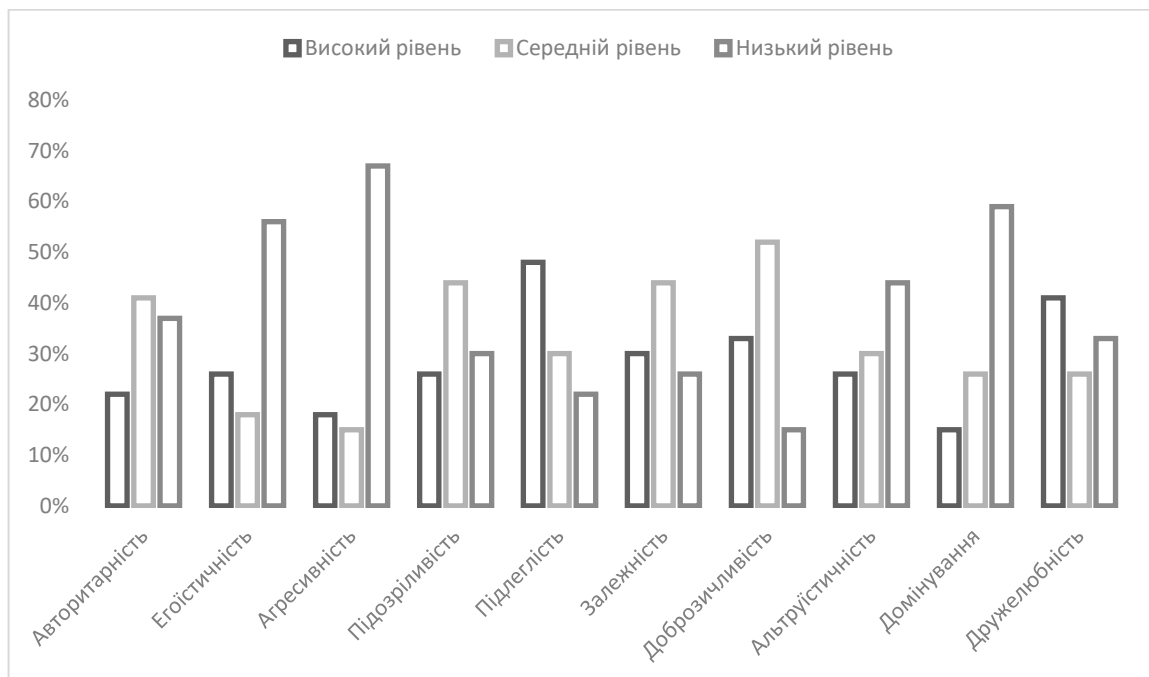


Рис. 2.6 Процентне співвідношення результатів по тесту Лірі Група А N=27 (Занижена самооцінка)

Альтруїстичність – згідно з дослідженням, 25,9% респондентів мають високий рівень альтруїстичності, що може свідчити про їхню готовність допомагати іншим людям без очікування отримання вигоди. 29,6% респондентів мають середній рівень альтруїстичності, що означає, що вони можуть допомагати іншим людям залежно від ситуації. 44,4% респондентів мають низький рівень альтруїстичності, що може свідчити про їхню орієнтацію на власні інтереси та меншу готовність до допомоги іншим людям.

Згідно з дослідженням, лише 14,8% респондентів мають високий рівень домінування, що може свідчити про їхню схильність до контролювання ситуації та бажання бути лідерами. 25,9% респондентів мають середній рівень домінування, що може означати, що вони можуть бути лідерами у певних ситуаціях, але не завжди виявляють сильну потребу у контролі. 59,2% респондентів мають низький рівень домінування, що може свідчити про їхню бажання уникати конфліктів та давати іншим людям можливість приймати

рішення. Дружелюбність, високий рівень у 40,7% респондентів, середній рівень у 25,9% та низький рівень 33,3%.

Таблиця 2.4

Результати за тестом Лірі Група Б N=36 (Адекватна самооцінка)

Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
Авторитарність	4	11,1%	9	25,0%	23	63,8%
Егоїстичність	5	13,8%	6	16,6%	25	69,4%
Агресивність	3	8,3%	5	13,8%	28	77,7%
Підозріливість	5	13,8%	9	25,0%	22	61,1%
Підлеглість	2	5,5%	7	19,4%	27	75,0%
Залежність	4	11,1%	6	16,6%	26	72,2%
Доброзичливість	15	41,6%	11	30,5%	9	25,0%
Альтруїстичність	13	36,1%	10	27,7%	10	27,7%
Домінування	6	16,6%	8	22,2%	22	61,1%
Дружелюбність	18	50,0%	15	41,6%	3	8,3%

Шкала «Авторитарність» відображає, що 11,1% респондентів мають високий рівень авторитарності, 25,0% – середній рівень, 63,8% – низький рівень.

Шкала «Егоїстичність» показує, що 13,8% респондентів мають високий рівень егосентризму, 16,6% – середній рівень, 69,4% – низький рівень.

Шкала «Агресивність» відображає, що 8,3% респондентів мають високий рівень агресії, 13,8% – середній рівень, 77,7% – низький рівень.

Шкала «Підозріливість» вказує, що 13,8% респондентів мають високий рівень підозрілості, 25,0% – середній рівень, 61,1% – низький рівень.

Шкала «Підлеглість» показує, що тільки 5,5% респондентів мають високий рівень підлеглості, 19,4% – середній рівень, 75,5% – низький рівень.

Шкала «Залежність» показує, що 11,1% респондентів мають високий рівень залежності, 16,6% – середній рівень, 72,2% – низький рівень.

Шкала «Доброзичливість» вказує, що 41,6% респондентів мають високий рівень доброзичливості, 30,5% – середній рівень, 25,0% – низький рівень.

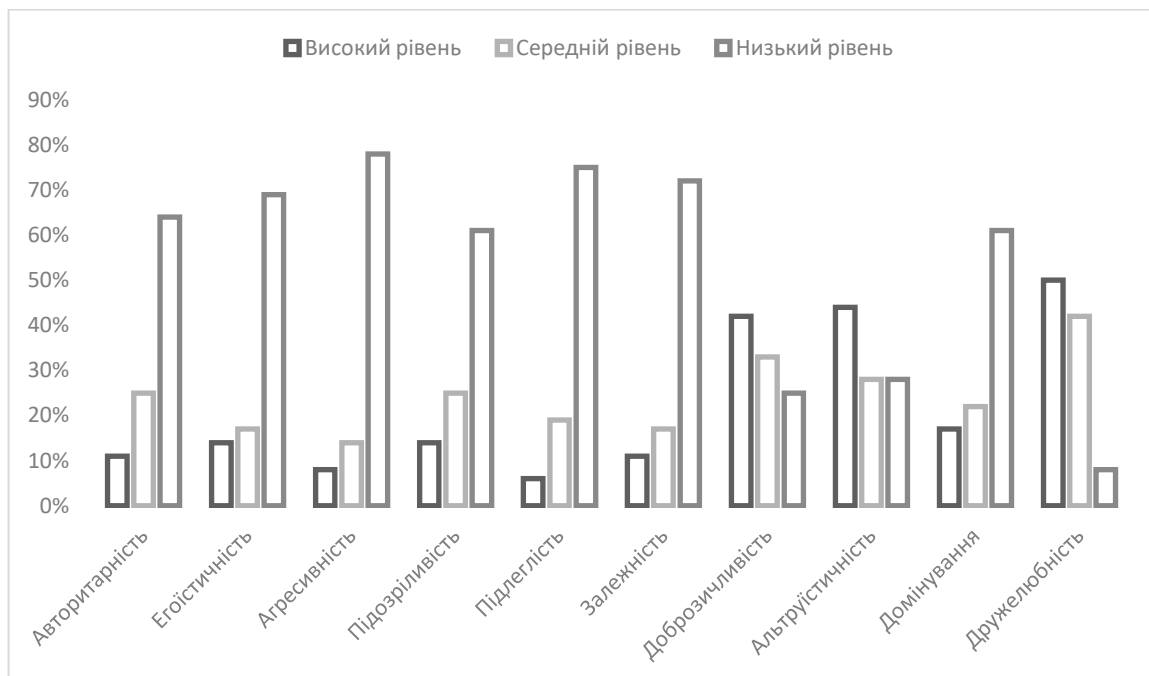


Рис. 2.7 Процентне співвідношення результатів по тесту Лірі Група Б N=36 (Адекватна самооцінка)

Шкала «Альтруїстичність» показує, що 36,1% респондентів мають високий рівень, 27,7% – середній, та 27,7% низький рівень.

Шкала «Домінування» – 16,6% мають високий рівень, 22,2% середній рівень, та 61,1% низький.

Шкала «Дружелюбність» 50,0% високий рівень, 41,6% середній рівень, 8,3% низький рівень.

Таблиця 2.5

Результати за тестом Лірі Група В N=21 (Завищена самооцінка)

Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток
Авторитарність	9	42,8%	10	47,6%	2	9,5%
Егоїстичність	12	57,1%	8	38,0%	1	4,7%
Агресивність	8	38,0%	10	47,6%	3	14,2%
Підозріливість	7	33,3%	6	28,5%	8	38,0%
Підлеглість	3	14,2%	9	42,8%	9	42,8%
Залежність	8	38,0%	5	23,8%	8	38,0%
Доброзичливість	5	24%	4	19,0%	12	57,1%
Альтруїстичність	4	19,0%	7	33,3%	10	47,6%
Домінування	8	38,0%	9	42,8%	4	19,0%
Дружелюбність	5	23,8%	6	28,5%	10	47,6%

За даними, 9 респондентів (42,8%) мають високий рівень авторитарності, 10 (47,6%) – середній рівень, і тільки 2 (9,5%) – низький рівень. Це може свідчити про те, що деякі респонденти можуть мати тенденції до високого контролю і впливу на інших.

57,1% респондентів мають високий рівень егосентризму, 38,0% – середній рівень, а всього лише 1 (4,7%) респондент має низький рівень. Це може свідчити про те, що деякі респонденти можуть бути дуже зосереджені на собі і своїх потребах.

38,0% респондентів мають високий рівень агресії, 47,6% – середній рівень, тоді як тільки 3 (14,2%) респонденти мають низький рівень. Це може свідчити про те, що деякі респонденти можуть бути більш схильні до конфліктів та агресії.

33,3% респондентів мають високий рівень підозрливості, 28,5% – середній рівень, а 38,0% – низький рівень. Це може свідчити про те, що деякі респонденти можуть бути більш скептичними та не довірливими до інших.

14,2% респондентів мають високий рівень підлеглості, 42,8% – середній рівень, а 42,8% – низький рівень. Це може свідчити про те, що більшість респондентів не віддає перевагу підлеглості і не схильна до підкорення.

38,0% респондентів мають високий рівень залежності, що може свідчити про низьку самодостатність та потребу від інших людей для вирішення своїх проблем.

57,1% респондентів мають низький рівень доброзичливості, що може вказувати на низький рівень емпатії та потребу відстоювати свої інтереси.

47,6% респондентів мають низький рівень альтруїзму, що може свідчити про відсутність бажання допомагати іншим людям без очікування винагороди.

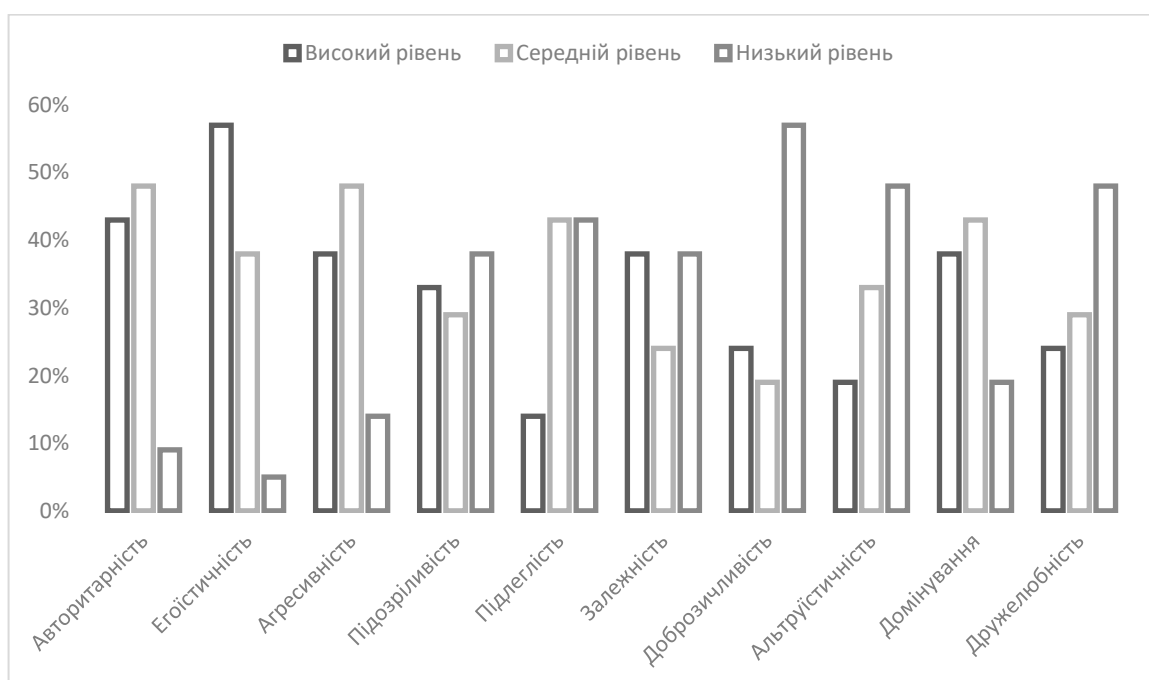


Рис. 2.7 Процентне співвідношення результатів по тесту Лірі Група В N=21 (Завищена самооцінка)

42,8% респондентів мають середній рівень домінування, що може вказувати на бажання контролювати ситуацію, але при цьому не домінують повністю.

47,6% респондентів мають низький рівень дружелюбності, що може вказувати на схильність до конфліктів та бажання захищати свої інтереси. Загалом, респонденти мають різні рівні особистісних рис, що може бути викликом для спілкування та взаємодії в різних соціальних ситуаціях.

На основі результатів тесту Лірі можна зробити висновок, що студенти з різним рівнем самооцінки мають різний характер міжособистісних стосунків.

Група А, яка має занижену самооцінку, проявляє більшу авторитарність, підлеглість, залежність, дружелюбність та альтруїстичність. Водночас, вони проявляють меншу егоїстичність, агресивність, підозріливість та домінування. Ці характеристики можуть свідчити про те, що студенти з заниженою самооцінкою можуть бути більш підкорними та прагнути довести свою корисність іншим, що може бути пов'язано з їхнім низьким рівнем самооцінки.

Група Б, яка має адекватну самооцінку, проявляє меншу авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозріливість, підлеглість та залежність. Водночас, вони проявляють більшу дружелюбність, альтруїстичність та домінування. Ці характеристики можуть свідчити про більшу стійкість до впливу інших людей та більшу впевненість у власних силах.

Група В, яка має завищену самооцінку, проявляє більшу авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозріливість та домінування. Водночас, вони проявляють меншу підлеглість, залежність, дружелюбність та альтруїстичність. Ці характеристики можуть свідчити про те, що студенти з завищеною самооцінкою можуть бути більш конкурентоспроможними та бажати домінувати в лідерах в соціальних взаєминах. Однак, це також може вказувати на те, що вони можуть мати проблеми з формуванням і підтриманням довгострокових та здорових відносин з іншими людьми.

Дослідження показують, що завищена самооцінка може мати різні наслідки для людей. Деякі люди з завищеною самооцінкою можуть відчувати більшу впевненість у себе та своїх здібностях, що може допомогти їм досягати успіху в різних сферах життя. Однак, інші люди з завищеною самооцінкою можуть проявляти більшу агресію та домінування, що може завдавати шкоди їх взаємодії з іншими людьми.

У міжособистісних стосунках, позитивне самоставлення може допомогти людині розвивати позитивні стосунки з іншими людьми, зберігати ці стосунки та працювати над розвитком взаєморозуміння та емпатії.

Негативне самоствавлення може вплинути на зниження самооцінки та наростання відчуття незадоволення зі стосунків з іншими людьми. Отже, самоствавлення важливе для міжособистісних стосунків та може вплинути на їхній розвиток і збереження.

Для аналізу самоствавлення, ми обрали опитувальник В. В. Століна та С. Р. Пантелєєва.

Таблиця 2.6

**Результати за методикою В. В. Століна та С. Р. Пантелєєва Група А N=27
(Занижена самооцінка)**

Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток
Загальне самоствавлення	2	7,4%	7	25,9%	18	66,6%
Самоповага	3	11,1%	6	22,2%	18	66,6%
Аутосимпатія	3	11,1%	8	29,6%	16	59,2%
Ставлення, яке очікується від інших	5	18,5%	6	22,2%	16	59,2%
Самоінтерес	3	11,1%	7	25,9%	17	62,9%

Загальне самоствавлення: 2 студенти (7,4%) мають високий рівень самоствавлення, 7 студентів (25,9%) мають середній рівень, 18 студентів (66,6%) мають низький рівень.

Самоповага: 3 студенти (11,1%) мають високий рівень самоповаги, 6 студентів (22,2%) мають середній рівень, 18 студентів (66,6%) мають низький рівень.

Аутосимпатія: 3 студенти (11,1%) мають високий рівень аутосимпатії, 8 студентів (29,6%) мають середній рівень, 16 студентів (59,2%) мають низький рівень.

Ставлення, яке очікується від інших: 5 студентів (18,5%) мають високий рівень ставлення до очікувань від інших, 6 студентів (22,2%) мають середній рівень, 16 студентів (59,2%) мають низький рівень.

Самоінтерес: 3 студенти (11,1%) мають високий рівень самоінтересу, 7 студентів (25,9%) мають середній рівень, 17 студентів (62,9%) мають низький рівень.

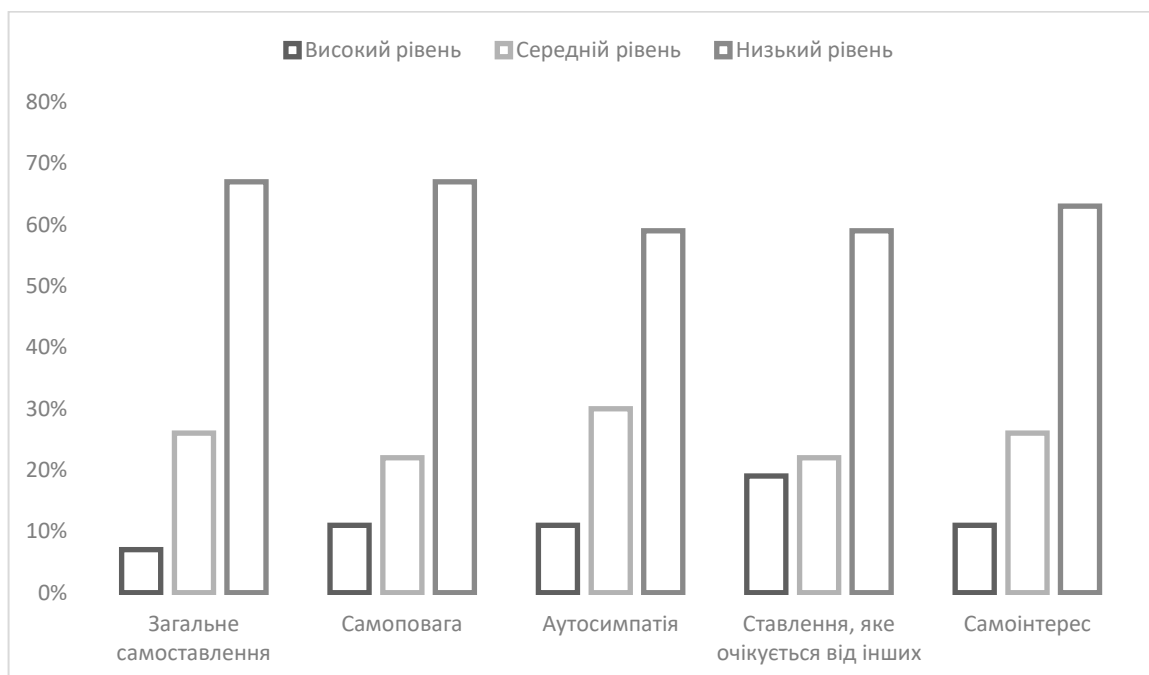


Рис. 2.8 Процентне співвідношення результатів за методикою В. В. Століна та С. Р. Пантелєєва Група А N=27 (Занижена самооцінка)

Результати показують, що більшість студентів мають низький рівень самоствавлення та пов'язані з цим характеристики, такі як низька самоповага, аутосимпатія та ставлення до очікувань від інших. Однак, було відзначено декілька студентів з високим рівнем самоповаги, аутосимпатії та ставлення до очікувань від інших, що може свідчити про відмінності в міжособистісних стосунках серед студентів.

Таблиця 2.7

Результати за методикою В. В. Століна та С. Р. Пантелєєва Група Б N=36 (Адекватна самооцінка)

Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток
Загальне самоствавлення	11	30,5%	21	58,3%	4	11,1%
Самоповага	15	41,6%	18	50,0%	3	8,3%
Аутосимпатія	16	44,4%	15	41,6%	5	13,8%
Ставлення, яке очікується від інших	8	22,2%	17	47,2%	11	30,5%
Самоінтерес	17	47,2%	15	41,6%	4	11,1%

За шкалою «Загальне самоствавлення» високий рівень мають 11 студентів (30,5%), середній рівень – 21 студент (58,3%), низький рівень – 4 студенти (11,1%).

За шкалою «Самоповага» високий рівень мають 15 студентів (41,6%), середній рівень – 18 студентів (50,0%), низький рівень – 3 студенти (8,3%).

За шкалою «Аутосимпатія» високий рівень мають 16 студентів (44,4%), середній рівень – 15 студентів (41,6%), низький рівень – 5 студентів (13,8%).

За шкалою «Ставлення, яке очікується від інших» високий рівень мають 8 студентів (22,2%), середній рівень – 17 студентів (47,2%), низький рівень – 11 студентів (30,5%).

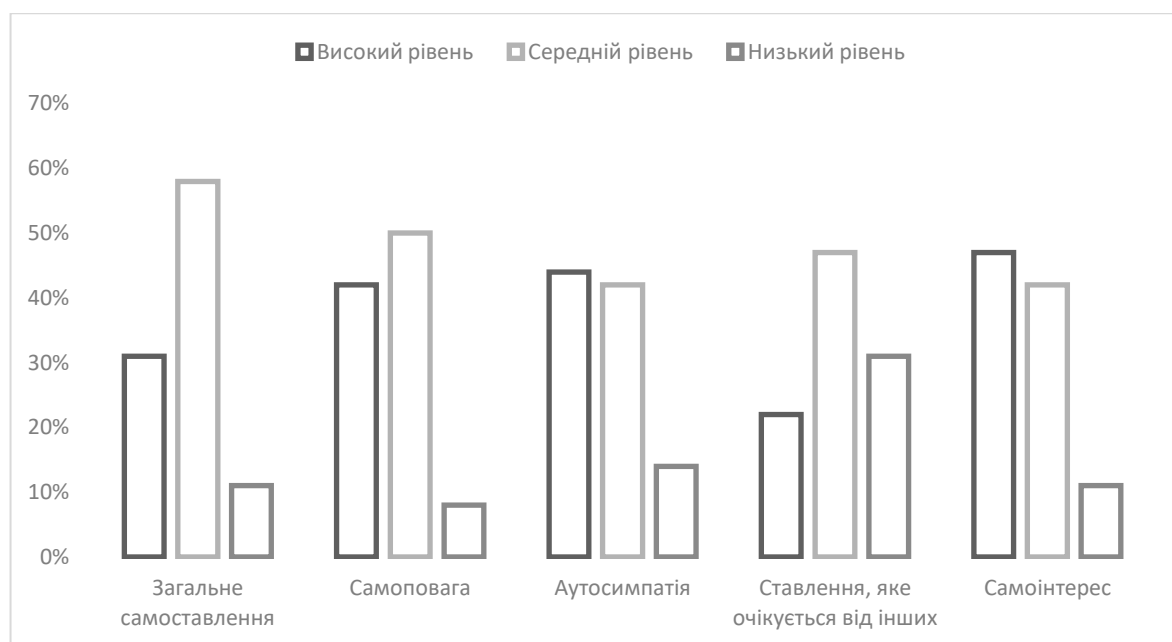


Рис. 2.9 Процентне співвідношення за методикою В. В. Століна та С. Р. Пантелєєва Група Б N=36 (Адекватна самооцінка)

За шкалою «Самоінтерес» високий рівень мають 17 студентів (47%), середній рівень – 15 студентів (42%), низький рівень – 4 студенти (11%).

Таблиця 2.8

Результати за методикою В. В. Століна та С. Р. Пантелєєва Група В N=21 (Завищена самооцінка)

Шкала	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток
Загальне самоствавлення	11	52,3%	8	38,0%	2	9,5%
Самоповага	9	42,8%	12	57,1%	0	0%
Аутосимпатія	11	52,3%	8	38,0%	2	9,5%
Ставлення, яке очікується від інших	7	33,3%	11	52,3%	3	14,2%
Самоінтерес	9	42,8%	12	57%	0	0%

За загальним самоствавленням, більшість студентів з групи В (52,3%) мають високий рівень самоствавлення, що свідчить про їхню позитивну оцінку власної особистості. Середній рівень загального самоствавлення мають 8 студентів (38,0%), що також може свідчити про достатню самооцінку. Низький рівень самоствавлення мають тільки 2 студенти (9,5%), що може свідчити про негативну оцінку власної особистості.

За самоповагою, більшість студентів з групи В (57,1%) мають середній рівень самоповаги, що свідчить про достатню оцінку власних здібностей та досягнень. 9 студентів (42,8%) мають високий рівень самоповаги, що може свідчити про досить впевнене ставлення до себе.

За аутосимпатією, більшість студентів з групи В (52,3%) мають високий рівень аутосимпатії, що може свідчити про спрямованість на власні почуття та емоції. 8 студентів (38,0%) мають середній рівень аутосимпатії, що може свідчити про здатність емоційно сприймати та реагувати на свій внутрішній світ. Тільки 2 студенти (9,5%) мають низький рівень аутосимпатії, що може свідчити про обмежену здатність сприймати та розуміти свої почуття.

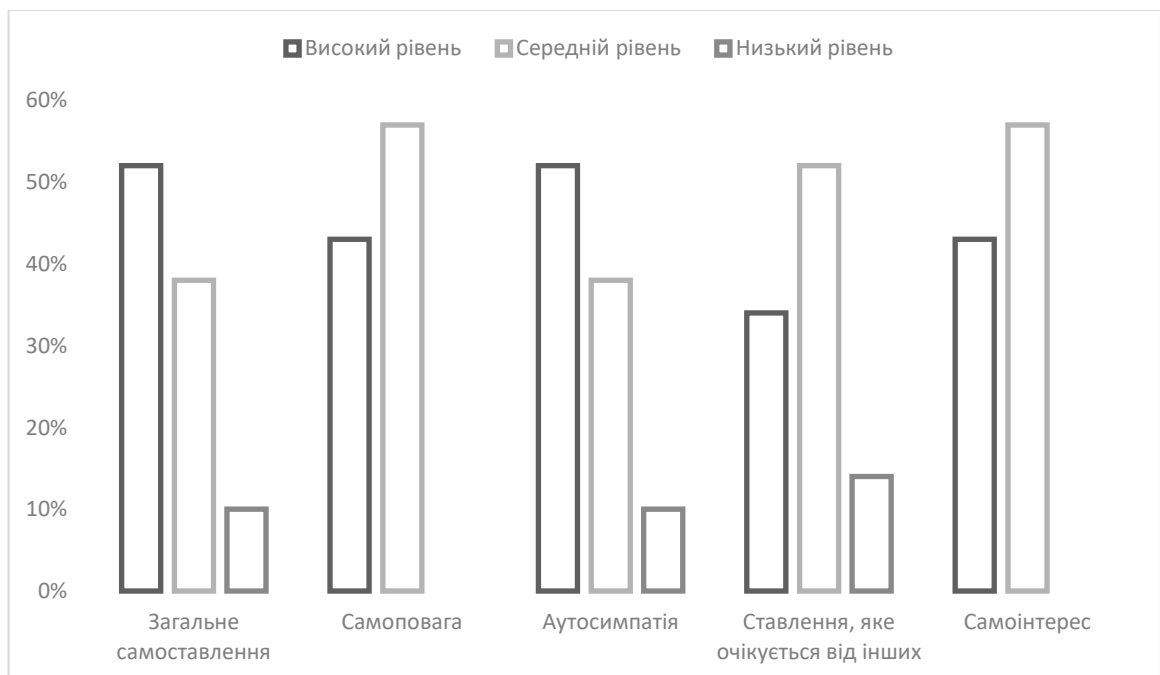


Рис. 2.10 Результати за методикою В. В. Століна та С. Р. Пантелєва
Група В N=21 (Завищена самооцінка)

За шкалою «Ставлення, яке очікується від інших»: 7 студентів (33,3%) мають високий рівень, що означає, що вони очікують від інших високих стандартів поведінки та вважають, що інші повинні виявляти досить високі очікування до них.

11 студентів (52,3%) мають середній рівень, що означає, що вони мають помірні очікування до поведінки інших та їх очікування від інших також не є надто високими.

3 студенти (14,2%) мають низький рівень, що означає, що вони не очікують від інших дуже високих стандартів поведінки та вважають, що інші повинні бути досить терплячими з їхніми недоліками.

За шкалою «Самоінтерес»: 9 студентів (42,8%) мають високий рівень, що означає, що вони дбають про свої потреби та інтереси та не дозволяють іншим поставити їх на другий план.

12 студентів (57,1%) мають середній рівень, що означає, що вони дбають про свої інтереси, але іноді можуть дозволяти іншим переважати над ними. Немає студентів з низьким рівнем самоінтересу, що може свідчити про те, що всі студенти дбають про свої потреби та інтереси.

Отже, з таблиць видно, що група А (з низькою самооцінкою) має значно менше випадків високого рівня на всіх шкалах порівняно з групою Б (адекватна самооцінка) та групою В (завищена самооцінка). Група Б має найбільшу кількість студентів з високим рівнем на всіх шкалах, тоді як група В має найбільшу кількість студентів з високим рівнем самооцінки на загальному самоствавленні та аутосимпатії.

Загалом, результати свідчать про те, що адекватна самооцінка пов'язана з більш високим рівнем самоствавлення та позитивним ставленням до себе, а низька або завищена самооцінка можуть призвести до менш задоволеного ставлення до себе.

Висновки до розділу 2

Методика «Визначення рівня своєї самооцінки Г. М. Казанцева» допомогла оцінити рівень самооцінки учасників дослідження. Методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса, допомогла виявити пріоритетні потреби, цінності і інтереси особистості, а методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі дозволив оцінити характер взаємодії між студентами.

Опитувальник для визначення самоствавлення особистості (В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв) був корисним для виявлення особистісних рис, які можуть впливати на міжособистісні взаємодії студентів. Врахування результатів цих методик може допомогти зрозуміти характер взаємодії між студентами з різним рівнем самооцінки.

Дослідження підтвердило те, що студенти з різним рівнем самооцінки мають різні особливості у своїй поведінці та сприйнятті оточуючого середовища. Високий рівень самооцінки може позитивно впливати на досягнення особистих цілей та успіхів у навчанні, але може також призвести до меншого спілкування та співпраці з іншими людьми.

З іншого боку, низький рівень самооцінки може призвести до меншої довіри до інших та більшої підкореності, що також може негативно впливати на міжособистісні стосунки. Адекватна самооцінка, що збалансована між спрямованістю на себе, спілкуванням та справою, може сприяти більш відкритому спілкуванню та співпраці з іншими людьми, а також досягненню особистих цілей.

Студенти з завищеною самооцінкою також мають свої особливості в міжособистісних стосунках. Зазвичай, вони надмірно переоцінюють свої здібності та досягнення. Це може призводити до конфліктів з іншими людьми, які можуть відчувати, що студент з завищеною самооцінкою демонструє занадто високу оцінку своєї власної важливості.

Студенти з завищеною самооцінкою можуть також бути менш схильні до прийняття критики та поразок, оскільки вони сприймають себе як вищих за

інших. Це може вплинути на їхню здатність до навчання та розвитку, оскільки вони можуть відмовлятися визнавати свої помилки та вчитися на них.

Отже, важливо розуміти вплив самооцінки на міжособистісні стосунки та розвивати навички, які можуть допомогти у створенні позитивних міжособистісних відносин.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОКОРЕКЦІЯ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ

3.1 Рекомендації для студентів, щодо корекції самооцінки

Студентські роки є досить складним періодом у житті багатьох людей, коли змінюється багато аспектів життя, таких як соціальні контакти, особиста незалежність, академічні та кар'єрні вимоги та очікування. У такий період, самооцінка може мати значний вплив на загальний стан психічного здоров'я студента та на його здатність досягати успіху в навчанні та кар'єрі.

Корекція самооцінки є важливою складовою особистісного розвитку студента, оскільки вона впливає на багато аспектів життєдіяльності, таких як відносини з оточуючими, вибір професії, досягнення особистісних та професійних цілей. Якщо студент має занижену самооцінку, він може відчувати себе менш компетентним, ніж насправді є, і це може обмежувати його можливості в досягненні успіху у навчанні та професійному житті [48].

Тому, щоб досягти успіху у навчанні та житті, студентам потрібно прагнути до корекції своєї самооцінки. Це можна зробити, зосередившись на своїх позитивних якостях та досягненнях, зменшуючи кількість самокритики та негативних думок про себе, практикуючи позитивне мислення та регулярну саморефлексію. Важливо також пам'ятати, що самооцінка не повинна залежати виключно від думки інших людей, а має базуватись на власних цінностях, потребах та досягненнях.

Корекція самооцінки може допомогти студентам більш ефективно працювати над своїм розвитком, знижувати рівень стресу та тривоги, підвищувати самодисципліну та самоконтроль, покращувати якість взаємодії з оточуючими та досягати більш успішних результатів у своїх діях.

Занижена самооцінка – це коли людина оцінює свої здібності, навички та досягнення нижче, ніж вони насправді є. Це може бути причиною багатьох проблем.

По-перше, занижена самооцінка може призвести до недооцінки своїх здібностей. Люди з заниженою самооцінкою можуть вважати, що не варто навіть спробувати щось нове або складне, оскільки вони вважають, що не зможуть це зробити. Це може спричинити пропускання важливих можливостей та не досягнення потенціалу.

По-друге, занижена самооцінка може викликати страх провалу. Люди з заниженою самооцінкою можуть боятися, що не зможуть досягти успіху, і тому не братися за важкі завдання. Це може призвести до прокрастинації та відкладання роботи до останнього моменту, що може знизити ефективність роботи та якість результатів.

По-третє, занижена самооцінка може викликати нерішучість. Люди з заниженою самооцінкою можуть боятися висловлювати свої думки та ідеї, оскільки вони вважають, що не мають достатньої компетенції або досвіду. Це може призвести до втрати можливостей для взаємодії з іншими людьми, відкриття нових можливостей та розвитку професійних навичок.

По-четверте, занижена самооцінка може перешкоджати досягненню своїх цілей. Люди з заниженою самооцінкою можуть не вірити в свої здібності та потенціал, що може призвести до того, що вони не намагаються досягти своїх цілей або відкладають це на майбутнє. Вони можуть відчувати страх провалу або невдачі, і це може зупинити їх від спроб досягнути своїх мрій [40].

Крім того, занижена самооцінка може впливати на взаємодії з іншими людьми. Люди з низькою самооцінкою можуть відчувати незручність у спілкуванні з іншими, не вірити в свою цінність та внесок у відносини. Це може призвести до того, що вони не намагаються побудувати глибокі та значущі стосунки з іншими людьми.

Усе ці наслідки заниженої самооцінки можуть стати значними перешкодами у житті людини, яка стикається з цими проблемами. Тому важливо звернути увагу на свою самооцінку та вчасно вжити заходів для корекції.

Рекомендації, щодо корекції заниженої самооцінки, які базуються на наукових дослідженнях [75].

1. Розвиток сильних сторін.

Одним з методів підвищення самооцінки є зосередження на своїх позитивних рисах та їх розвиток. Дослідження показують, що розвиток своїх сильних сторін може покращити самооцінку та знизити рівень депресії.

2. Пізнання нового.

Навчання нових речей може сприяти зрозумінню своїх сильних сторін та виявленню нових, що можуть бути важливими для самооцінки. Дослідження показують, що навчання нових навичок може підвищити самооцінку та знизити рівень тривоги.

3. Визначення власних цілей.

Визначення конкретних цілей та їх досягнення може сприяти підвищенню самооцінки. Дослідження показують, що досягнення мети може підвищити самооцінку та знизити рівень стресу.

4. Підтримка близьких.

Обговорення своїх почуттів та думок з друзями або близькими людьми може сприяти підвищенню самооцінки. Дослідження показують, що підтримка соціального оточення може знизити рівень депресії та тривоги.

5. Пам'ятати про свої досягнення.

Розмірковування про свої досягнення та успіхи може допомогти побачити свої успіхи та почуватися більш впевнено. Дослідження показують, що розмірковування про свої досягнення може підвищити самооцінку та знизити рівень тривоги.

6. Позитивне мислення.

Зосередження на позитивних аспектах ситуації, а не на негативних. Позитивне мислення може допомогти побачити можливості та шляхи розвитку.

7. Афірмації.

Створення позитивних фраз, які можна повторювати собі, щоб збільшити впевненість та підвищити самооцінку.

8. Здоровий спосіб життя.

Здоровий спосіб життя може допомогти почуватися краще і підвищити самооцінку. Фізична активність, здорове харчування та достатню кількість сну.

Техніки афірмації – це методи, що використовуються для підвищення позитивної самооцінки та зменшення стресу. Вони базуються на використанні позитивних тверджень або фраз, які людина повторює для себе, щоб покращити своє самопочуття та настрій.

Техніки афірмації є ефективним інструментом для зниження рівня негативних думок та стресу, а також для підвищення позитивної самооцінки. Зокрема, до таких технік можна віднести позитивні твердження, візуалізацію, релаксацію та щоденний щоденник подяки. При використанні цих технік людина повинна сформулювати коротку фразу, яка виражає її позитивні якості або мету, яку вона бажає досягти, і повторювати її декілька разів на день.

Крім того, рекомендується зосереджуватися на візуалізації ситуацій, де людина відчуває себе сильним і впевненим, знаходячись у спокійному місці, закривши очі та зосередившись на диханні. Також можна вести щоденник подяки, записуючи туди речі, за які людина вдячна у своєму житті. Використання цих технік сприяє зменшенню негативних думок та стресу і сприяє підвищенню позитивної самооцінки [31].

Завищена самооцінка може бути причиною багатьох проблем, включаючи недооцінку інших людей, переоцінку своїх здібностей, надмірну впевненість у собі та інші негативні наслідки. Тому корекція завищеної самооцінки має велику важливість для досягнення успіху та максимізації свого потенціалу.

Завищена самооцінка може призвести до надмірного ризику та невірної оцінки ризиків. Люди з завищеною самооцінкою можуть бути схильні до прийняття ризикованих рішень, так як вони переконані у своїй

безпомилковості та відсутності можливості зробити помилки. Це може призвести до небажаних наслідків, які можуть бути пізніше важко виправити.

Крім того, завищена самооцінка може перешкоджати досягненню успіху. Люди з завищеною самооцінкою можуть не бути готовими прийняти виклик і зробити необхідні кроки, оскільки вони переконані у своїй вже наявній високій успішності. Це може призвести до стагнації та неуспіхів у досягненні нових цілей.

Корекція завищеної самооцінки може допомогти людям стати більш об'єктивними щодо своїх здібностей та можливостей, а також зменшити стрес та покращити загальну якість життя. Для цього можуть використовуватися різноманітні психотерапевтичні техніки та вправи, які допоможуть зменшити завищену самооцінку та досягти більш реалістичної та позитивної самооцінки. Корекція завищеної самооцінки може бути важливою для підтримання здорових відносин.

Рекомендації, щодо корекції заниженої самооцінки, які базуються на наукових дослідженнях [75].

1. Реалістична самооцінка.

Одним з ключових методів корекції завищеної самооцінки є прийняття реалістичної оцінки своїх здібностей та досягнень. Дослідження показують, що прийняття реалістичної самооцінки може підвищити самооцінку та знизити ризик виникнення депресії.

2. Використання позитивної самокритики.

Замість того, щоб критикувати себе за помилки, важливо зосередитися на зростанні та покращенні.

3. Прийняття підтримки. Розмова з друзями або спеціалістами може допомогти зрозуміти, що іноді завищена самооцінка є необґрунтованою та що покращення здібностей та досягнень потребує часу та зусиль. Дослідження показують, що прийняття підтримки може знизити ризик виникнення тривоги та депресії.

4. Зосередження на процесі, а не на результаті.

Концентрація на процесі досягнення цілей може допомогти знизити надмірні очікування та завищену самооцінку. Дослідження показують, що зосередження на процесі може підвищити самооцінку та знизити ризик виникнення тривоги.

5. Здоровий режим життя.

Здоровий режим життя може допомогти знизити ризик виникнення депресії та тривоги, які можуть бути пов'язані з завищеною самооцінкою. Це включає здорове харчування, фізичну активність та достатній сон.

6. Практика медитації або міндфулнесу.

Деякі дослідження показують, що медитація та міндфулнес можуть допомогти знизити рівень тривоги та депресії, пов'язаних з завищеною самооцінкою. Ці практики можуть допомогти зосередитися на теперішньому моменті та знизити розпливчатість уваги.

Загалом, корекція завищеної самооцінки може бути складним процесом, який може вимагати часу та зусиль. Проте, прийняття реалістичної самооцінки та зосередження на зростанні та покращенні може допомогти знизити негативні наслідки завищеної самооцінки та підвищити загальний рівень благополуччя та задоволення життям.

Міндфулнес, як практика уважності, є ефективним методом для зменшення стресу, поліпшення здоров'я та добробуту, покращення фокусу та концентрації. Міндфулнес включає ряд технік, які засновані на уважному сприйнятті даних моменту без суджень і аналізу.

Одна з технік міндфулнесу – дихальні вправи – полягає в уважному спостереженні за вдихом та видихом повітря, що допомагає зосередитися на поточному моменті та знизити рівень стресу. Інша техніка – сканування тіла – передбачає уважне спостереження за кожною частиною тіла, враховуючи її відчуття. Ходьба з уважністю полягає в уважному спостереженні за кожним кроком і контактом з землею, що також допомагає зосередитися на поточному моменті і зняти стрес [69].

Медитація, що є ще однією технікою міндфулнесу, включає сидіння в зручному положенні, закриття очей і уважне спостереження за своїм диханням, з поверненням уваги до нього при відволіканні. Це також може допомогти зосередитися на поточному моменті та знизити рівень стресу. Ретельне обмірковування, як ще одна техніка міндфулнесу, полягає в уважному сприйнятті звуків, відчуттів, запахів і зображень, що допомагає зосередитися на поточному моменті та знизити рівень стресу.

Отже, негативні наслідки як завищеної, так і заниженої самооцінки можуть значно впливати на психічне здоров'я та благополуччя людини. Корекція самооцінки може бути складним процесом, проте існують різні методи, які можуть допомогти підвищити рівень самооцінки та знизити рівень тривоги і депресії.

3.2 Рекомендації для покращення міжособистісних стосунків

Розробка рекомендацій для покращення міжособистісних стосунків має велику важливість для кожної людини, оскільки взаємодія з іншими людьми є необхідною складовою нашого життя. Добрі міжособистісні стосунки забезпечують нам підтримку, захист, допомогу та задоволення, тоді як погані стосунки можуть спричинити конфлікти, страждання та соціальну відчуженість.

Рекомендації щодо покращення міжособистісних стосунків можуть включати різноманітні аспекти, такі як способи комунікації, розвиток емпатії, вміння вирішувати конфлікти, підвищення самооцінки та самоповаги, зменшення стресу та ін. Важливо розробляти рекомендації, які враховують індивідуальні особливості кожної людини, адже різні люди мають різні потреби та вміння [40].

Враховуючи те, що міжособистісні стосунки є важливим аспектом нашого життя, розробка рекомендацій для їх покращення є дуже важливою та корисною діяльністю для нашого благополуччя та щастя.

Існує багато особистісних чинників, які можуть впливати на міжособистісні стосунки. Деякі з них:

1. Емоційна стійкість: люди, які мають високий рівень емоційної стійкості, зазвичай краще справляються зі стресом та важкими ситуаціями, що може допомогти їм будувати більш здорові та стійкі міжособистісні стосунки.

2. Емпатія: люди, які вміють співпереживати та розуміти почуття інших, зазвичай мають кращі міжособистісні стосунки.

3. Впевненість в собі: люди, які мають високу самооцінку та впевненість в собі, зазвичай краще встановлюють міжособистісні контакти та стосунки.

4. Стресостійкість: люди, які мають високу стресостійкість, зазвичай краще справляються зі стресом та змінами в житті, що може допомогти їм будувати більш стійкі міжособистісні стосунки.

5. Комунікативність: люди, які вміють ефективно спілкуватися та висловлювати свої думки та почуття, зазвичай краще встановлюють міжособистісні контакти та стосунки.

6. Толерантність: люди, які мають високий рівень толерантності та поваги до інших, зазвичай мають більш позитивні та стійкі міжособистісні стосунки.

7. Самоконтроль: люди, які мають високий рівень самоконтролю та вміють керувати своїми емоціями та реакціями, зазвичай краще встановлюють та підтримують міжособистісні стосунки [38].

Рекомендації для розвитку емоційної стійкості.

Для розвитку емоційної стійкості важливо звернути увагу на такі аспекти:

1. Підтримка позитивних емоцій: регулярна практика позитивних емоцій може допомогти збільшити рівень емоційної стійкості. Для цього можна використовувати різноманітні практики, такі як вдячність, медитацію або позитивні афірмації.

2. Розвиток саморегуляції: здатність контролювати власні емоції є важливою складовою емоційної стійкості. Для цього можна використовувати техніки дихальної гімнастики, медитації або йоги.

3. Розвиток соціальної підтримки: наявність підтримки соціального середовища може допомогти зменшити рівень стресу та покращити емоційну стійкість. Рекомендується активно спілкуватися з близькими людьми, друзями та колегами.

4. Активний спосіб життя: регулярна фізична активність може покращити емоційну стійкість та зменшити рівень стресу. Рекомендується займатися фізичними вправами не менше 30 хвилин щодня.

5. Розвиток позитивного мислення: позитивне сприйняття світу та себе може допомогти збільшити рівень емоційної стійкості. Рекомендується зосереджуватися на своїх успіхах та позитивних результатах, а також змінювати негативні думки на позитивні.

Рекомендації для розвитку емпатії.

Розвиток емпатії є важливим фактором для будь-якої людини, особливо для тих, хто працює з людьми або хоче покращити свої міжособистісні відносини.

1. Практикування уважного слухання: під час розмови з іншою людиною зосереджуватися на тому, що вона говорить, виявляти інтерес до її думок та почуттів.

2. Уникати перебивання та зосередження на слуханні, щоб краще зрозуміти, що інша людина намагається передати. Треба навчитися розуміти перспективу іншої людини: намагатися побачити ситуацію з точки зору іншої людини, спробувати уявити себе на її місці та зрозуміти, які її почуття та мотивації.

3. Розвивавати емоційну інтелекцію: вміння розпізнавати та регулювати власні емоції допоможе краще сприймати емоційний стан інших людей та розуміти їхні дії.

4. Не судити людей за зовнішніми ознаками: спробувати підходити до людей з відкритим розумом та без упереджень, не приймаючи рішення про них на основі їх зовнішності, етнічної приналежності або релігійних переконань.

5. Бути терплячими та відкритими до думок та почуттів інших: спробувати не засуджувати людей за їхніми думками та переконаннями, а замість цього намагатися знайти спільну мову та зробити крок назустріч іншій людині.

Техніки для розвитку стресостійкості.

1. Вправа на глибоке дихання: ця техніка включає повільне і глибоке дихання через ніс, тримання подиху на декілька секунд, а потім повільне видихання через рот. Це допомагає зменшити напругу в тілі та знизити рівень стресу.

2. Медитація: це вправа, яка полягає в зосередженні на своїх думках та відчуттях. Це допомагає знизити рівень стресу та покращити концентрацію.

3. Фізичні вправи: регулярна фізична активність, така як йога, біг або прогулянки, може допомогти знизити рівень стресу та покращити настрій.

4. Планування та організація: створення розкладу або планування завдань може допомогти зменшити стрес, оскільки ви будете знати, що вас чекає і коли.

5. Позитивні думки: позитивне мислення та уявлення може допомогти знизити рівень стресу та збільшити впевненість в собі.

Рекомендації для розвитку комунікативності

Ефективна комунікація є ключовим фактором для досягнення успіху в будь-якій сфері життя.

1. З метою покращення комунікативних навичок, рекомендується вдосконалювати навички слухання. Для цього слід уважно слухати співрозмовника та стежити за його тоном голосу та жестами, надаючи зрозуміти, що виявляєте інтерес до того, що він має сказати.

2. Також доцільно розвивати свої навички мовлення, вміти висловлюватися чітко та лаконічно, уникаючи заплутаних думок.

Застосування природних жестів та міміки може допомогти підкреслити важливі моменти.

3. Під час обговорення теми з іншими людьми, слід намагатися бути відкритим до їхніх думок та інших точок зору, а також розвивати навички співпраці. Для цього можна знайти спільну мову з іншими людьми та показати своє бажання співпрацювати та досягти спільної мети.

4. Уникнення використання негативних слів та тону є одним із рекомендованих способів використання позитивного мовлення для створення позитивної атмосфери під час спілкування з іншими.

5. Також варто звертати увагу на невербальну комунікацію, зокрема на міміку та жести, які можуть передавати багато інформації про ваш настрій та емоції. Навчанням уважного спостереження за мімікою та жестами інших людей можна досягти кращого розуміння їхніх думок та почуттів.

Рекомендації для розвитку толерантності.

Толерантність є важливим аспектом успішної взаємодії з різними культурами, людьми з різними поглядами та досвідом.

1. Розширювати культурний кругозір шляхом вивчення культур та традицій інших народів, відвідування музеїв та виставок, читання літератури різних авторів та країн.

2. Бути відкритим до інших точок зору, намагаючись зрозуміти думки та погляди інших людей, навіть якщо вони відрізняються від ваших, приймаючи різноманітність думок та переконань як можливість для розширення своєї перспективи.

3. Відмовлятися від упереджень та оцінювати людей на основі їхніх дій та поведінки, а не за їхньою належністю до певної групи.

4. Навчатися ефективно співпрацювати з різними людьми, знаходячи спільну мову з людьми з різними культурними та інтелектуальними рівнями, використовуючи взаємовигідний підхід до співпраці та навчаючись розв'язувати конфлікти.

5. Використовувати позитивний підхід до спілкування, проявляючи повагу та доброзичливість до людей.

Отже, ці рекомендації можуть бути використані як загальні настанови для покращення міжособистісних стосунків, але важливо пам'ятати, що кожна людина має свої унікальні потреби та вміння, тому рекомендації повинні бути адаптовані до індивідуальних особливостей кожної людини.

Висновки до розділу 3

Корекція заниженої самооцінки може бути досягнута за допомогою різноманітних методів, які базуються на наукових дослідженнях. Розвиток своїх сильних сторін, навчання нових речей, визначення власних цілей, підтримка соціального оточення, розмірковування про свої досягнення, позитивне мислення, афірмації та здоровий спосіб життя можуть допомогти підвищити самооцінку та знизити рівень тривоги і депресії. Важливо зосередитися на позитивних аспектах свого життя і постійно працювати над своїм розвитком, щоб досягнути більш високого рівня самооцінки.

Завищена самооцінка може мати негативний вплив на психічне здоров'я та загальний рівень благополуччя. Для корекції завищеної самооцінки можна використовувати різні методи, такі як прийняття реалістичної самооцінки, використання позитивної самокритики, прийняття підтримки від друзів або спеціалістів, зосередження на процесі досягнення цілей, здоровий режим життя та практика медитації або міндфулнесу.

Важливо знати, що корекція завищеної самооцінки може бути складним процесом, який потребує часу та зусиль. Проте, прийняття реалістичної самооцінки та зосередження на зростанні та покращенні може допомогти знизити негативні наслідки завищеної самооцінки та підвищити загальний рівень благополуччя та задоволення життям.

Покращення міжособистісних стосунків є важливим аспектом нашого життя. Для досягнення цього мети варто розвивати вміння комунікації, бути емпатичними, вирішувати конфлікти мирним шляхом, підвищувати

самооцінку та самоповагу, зменшувати рівень стресу та дбати про своє фізичне та психічне здоров'я. Але важливо пам'ятати, що ці рекомендації повинні бути адаптовані до індивідуальних потреб та вмінь кожної людини.

ВИСНОВКИ

1. Міжособистісні стосунки – це взаємовідносини між людьми, які можуть бути дружніми, професійними, коханням, сімейними тощо. Ці стосунки включають у себе взаємодію, комунікацію, співпрацю та розвиток взаємних відносин.

Міжособистісні стосунки формуються на основі різних принципів, таких як взаємна повага, довіра, чесність, відкритість, емпатія, співробітництво та інші. Ці принципи допомагають підтримувати здорові та продуктивні взаємини з іншими людьми.

У міжособистісних стосунках також важливо враховувати індивідуальні риси та особливості кожної людини, які можуть впливати на сприйняття іншої особи та спілкування з нею. Крім того, важливо розвивати навички спілкування та вирішення конфліктів для підтримки здорових та гармонійних міжособистісних стосунків.

2. Психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів можуть бути визначені залежно від рівня самооцінки. Самооцінка є одним з найважливіших компонентів «Я-концепції» особистості, і вона може впливати на те, як студенти сприймають інших людей і як вони взаємодіють з ними.

Студенти з високим рівнем самооцінки, як правило, мають більш позитивне ставлення до інших людей, легше встановлюють міжособистісні стосунки і мають менше конфліктів з оточуючими. Вони можуть бути більш самостійними і не залежати від думок інших людей.

Студенти з низьким рівнем самооцінки можуть відчувати більшу тривогу у взаєминах з іншими людьми. Вони можуть бути менш схильні до встановлення міжособистісних стосунків і мати меншу впевненість у собі. Вони можуть бути більш залежні від думок інших людей та шукати підтримки від них.

Дослідження також показують, що студенти з високим рівнем самооцінки можуть бути більш успішними в досягненні своїх цілей та більш

задоволені життям. Однак, необхідно враховувати, що самооцінка може змінюватися впродовж життя і може бути впливана різними факторами.

3. На основі проведеного емпіричного аналізу особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки можна зробити такі висновки:

– Група студентів з заниженою самооцінкою (група А) проявляє низький рівень спрямованості на себе та на справу, а високий рівень спрямованості на інших. Це свідчить про їхню нестабільність та низьку самооцінку, а також може вказувати на більшу підкорність та прагнення довести свою корисність іншим.

– Група студентів з адекватною самооцінкою (група Б) проявляє збалансовану спрямованість на спілкування, себе та на справу. Вони мають середній рівень спрямованості на себе і високий рівень спрямованості на спілкування та справу. Ця група студентів вважається збалансованою з точки зору самооцінки та міжособистісних стосунків.

– Група студентів з завищеною самооцінкою (група В) має високий рівень спрямованості на себе та на справу, а середній рівень спрямованості на спілкування. Це може свідчити про переоцінку власних можливостей та недооцінку важливості міжособистісних стосунків для досягнення успіху.

– Група студентів з заниженою самооцінкою (група А) проявляє більшу підлеглість, залежність, дружелюбність та альтруїстичність, а меншу егоїстичність, агресивність, підозріливість та домінування. Ці характеристики можуть свідчити про те, що студенти з заниженою самооцінкою більш підкорні та прагнуть довести свою корисність іншим.

– Група студентів з адекватною самооцінкою (група Б) проявляє меншу авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозріливість, підлеглість та залежність. Вони також проявляють більшу дружелюбність, альтруїстичність та домінування. Ці характеристики можуть свідчити про більшу стійкість до впливу інших людей та більшу впевненість у власних силах.

– Група студентів з завищеною самооцінкою (група В) проявляє більшу авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозріливість та домінування. Вони також проявляють меншу підлеглисть, залежність, дружелюбність та альтруїстичність. Ці характеристики можуть свідчити про те, що студенти з завищеною самооцінкою можуть бути більш конкурентоспроможними та бажати домінувати в соціальних взаєминах, але можуть мати проблеми з формуванням та підтриманням довгострокових та здорових відносин з іншими людьми.

Отже, самооцінка впливає на спрямованість студентів на себе, спілкування та справу в міжособистісних стосунках. Розуміння цих особливостей може допомогти вдосконалити взаємини між студентами та сприяти їхньому позитивному розвитку.

4. Ми розробили рекомендації для корекції самооцінки та розробили рекомендації для покращення міжособистісних стосунків. Успішні міжособистісні стосунки вимагають зусиль від обох сторін, але розвиток особистісних чинників може значно сприяти їх поліпшенню. Навички комунікації, емпатія, вміння розв'язувати конфлікти та підвищення самооцінки є ключовими для будь-якої міжособистісної взаємодії. Зменшення рівня стресу також може допомогти покращити якість міжособистісних стосунків.

Розвиваючи ці чинники, люди можуть залучати до себе інших та підвищувати рівень спілкування, що зробить їх більш успішними у багатьох аспектах життя. Також важливо коригувати свою самооцінку, щоб не тільки розвивати сильні сторони своєї особистості, а й приймати свої слабкі сторони, що дозволить бути більш відкритим та прийняти допомогу від інших людей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Анохин П. К. Эмоции. Психология эмоций. М.: МГУ, 1984. С. 172-177.
2. Бродовська, А. В. Методи формування групової згуртованості. Психологічні дослідження: наукові праці викладачів і студентів соціально-психологічного факультету. Випуск, 9, 2019, с. 16-18.
3. Барановський В. М., Барабанщиков В. А. Особистість та її компоненти. Київ: Академвидав, 2005. 352 с.
4. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. Москва: Прогресс, 1986. 424 с.
5. Божович Л. И. Этапы формирования личности в онтогенезе. Психология личности: сборник статей. сост. А. Б. Орлов. Москва: ООО Вопросы психологии, 2001. 192 с.
6. Варій М. Й. Загальна психологія: [підр.для студ. вищ. навч. закл.] К.: Центр учбової літератури, 2009. 1007 с.
7. Видолоб, Н. О. Актуальні аспекти міжособистісних взаємин у колективі студентів-психологів. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології», 2014, (23).
8. Велитченко Л. К. Вступ до загальної психології: програм. Довідник. Одеса: Вид. В. В. Букаєв, 2012. 406 с.
9. Гавриш Н. В. Особистість: психологічні аспекти становлення та розвитку. Київ: Либідь, 2002. 384 с.
10. Галіцин Ю. С. Індивідуально-психологічні особливості формування самооцінки особистості. Психологічний журнал. 2010. Том 26. № 1. С. 34-41.
11. Гірняк, Г., Бабій, Л. Основні чинники й умови згармонування психічних станів студентів. Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, (м. Тернопіль, Західноукраїнський національний

університет, 4-5 листопада 2022 р.) в 2 т. Тернопіль: ЗУНУ, 2022. Т. 1. 252 с., 94.

12. Данильченко, І. В. Психологічні особливості розвитку професійної мотивації у студентів-психологів. Актуальні проблеми особистісного зростання (збірник наукових праць), 2019, с. 155-158.

13. Дуб, В. Г. Міжособистісні відносини студентів-переселенців. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки», 2(2), 2018, с. 36-40.

14. Залізна, К. Е. Формування міжособистісних стосунків у колективі фахівців промислової галузі. Актуальні проблеми особистісного зростання (збірник наукових праць), 2019, с. 158-159.

15. Задорожна, І. П. Розвиток автономії студентів мовних спеціальностей у процесі вивчення фахових дисциплін. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки, 2015, (131), 60-64.

16. Іванова О. В. Психологія: вступ до спеціальності: навч. посібник. Київ: Центр учбов. літ., 2016. 180 с.

17. Іїна М.Л. Загальна психологія: теорія та практикум: навч. посібник. Суми: Унів. кн., 2011. 352 с.

18. Іскра, У. В., Орлик, Д. О., Гацко, О. В. Психологічні детермінанти успішності навчання фахівців фізичного виховання у закладах вищої освіти. Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики: матеріали III Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції, 2021, с. 38-43.

19. Кан-Калик В. А. Педагогическая деятельность как творческий процесс. М.: НИИВШ, 1977. 64 с.

20. Казаринова, Н. В., Куницына, В. Н., Погольша, В. М. Межличностное общение. Учебник для вузов. СПб.: Питер. 2001, 544 с.

21. Крупник, Г. А. Емпірично-методичне забезпечення вивчення чинників, що впливають на розвиток міжособистісних стосунків сиблінгів. Теорія і практика сучасної психології, 2019, с. 127-131.

22. Кірсанова, С. Формування міжособистісних взаємин студентської молоді в полікультурному просторі закладів вищої освіти. Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка, 2(23), 2019, 36-40.

23. Корчевна, Н. П. Згуртованість академічної групи як один із показників ефективної роботи куратора. Актуальні проблеми освіти і науки: досвід та сучасні технології, 2020, с. 107-111.

24. Копець Л. В. Психологія особистості: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.]: Вид дім. «Києво-Могилянська академія», 2007. 460 с.

25. Кон И. С. Психология ранней юности. Москва: Просвещение, 1989. 254 с.

26. Ляшенко, В. Психологічні аспекти командної згуртованості у студентів-волейболістів. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення, 2021, с. 82-86.

27. Матутіна, О. А., Шевчук, О. С. Есе як метод формування культури міжособистісних стосунків майбутніх психологів. Збірник тез доповідей II міжвузівської науково-практичної конференції «Інноваційні тенденції підготовки фахівців в умовах полікультурного та мультилінгвального глобалізованого світу» Київський національний університет технологій та дизайну, 2017. 1-4 с.

28. Максименко, С. Д. Загальна психологія: навч. посібник. Київ: Центр учбов. літ., 2016. 270 с.

29. Маценко, Л. М. Причини спаду згуртованості студентської групи та методика їх нейтралізування. ББК 6/8я43 2019, С69, 35.

30. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. 2-ге вид., допов. М'ясоїд П. А. К.: Вища шк., 2001. 487 с.

31. Мурза Ю. А. Профілактика міжособистісних конфліктів у подружньому житті за допомогою тренінгу: автореф. дип. роботи на здобуття освітнього ступеня «магістр»: спец. 231 «Соціальна робота» ЧНУ ім. Петра Могили. Миколаїв, 2020. 13 с.
32. Основи психології: Підручник. За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. К.: Либідь, 2002. 630 с.
33. Обозов Н. Н. Психология межличностных отношений. К.: "Льбидь", 1990. 192с. Проективная психология. Пер. с англ. М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. 528с.
34. Пляка, Л. В., Сабатовська-Фролкина, І. С. Особливості формування соціально-психологічного клімату в студентському колективі. In The 11th International scientific and practical conference «Dynamics of the development of world science» (July 8-10, 2020) Perfect Publishing, Vancouver, Canada. 2020. 496 p. (p. 371).
35. Павелків Р. В. Загальна психологія: підручник. К.: Кондор, 2012. 576 с.
36. Психологія: Підручник [Ю.Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова]. К.: Либідь, 2001. 560 с.
37. Подгорна, В., Смолякова, І., Апенько, Д. Вплив силових тренувань на психоемоційний стан студентів. Перспективи та інновації науки, 2021, (5 (5)).
38. Приходько Ю. О. Практична психологія: Введення у професію: навч. посібник. 2-ге вид. К.: Каравела, 2010. 233 с.
39. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва: Прогресс, 1994. 480 с.
40. Руденко, Н. В. Міжособистісні взаємини студентів як психолого-педагогічна проблема. Збірник наукових праць Бердянського державного педагогічного університету (Педагогічні науки), (2), 2010, с. 250-255.
41. Русинка І. І. Психологія: Навчальний посібник. К.: Знання, 2007. 367 с.

42. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург: Питер, 2004. 713 с.
43. Савченко, В. М., Буряк, О. Ю., Лопатенко, Г. О., Комоцька, О. С., Погребняк, Ю. М., Якимчук, О. А. Рівень духовного розвитку студентів гуманітарного університету та його зв'язок з самооцінкою здоров'я. Спортивна наука та здоров'я людини, (2), 2019, 47-53.
44. Савчин М. В. Загальна психологія: навч. посібник. К.: Академвидав, 2011. 465 с.
45. Суббота, С. Г., Пристинська, Т. М., Маляренко, Д. В. Вплив стилю керівництва на психологічний клімат та міжособистісні стосунки у спортивній команді. В-406 Взаємодія духовного й фізичного виховання в становленні гармонійно розвиненої особистості: збірник статей за матеріалами VI Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції. 2019.
46. Стасевський, Ю. С. Педагогічні підходи до вивчення міжособистісних стосунків у колективі. Теорія та методика навчання та виховання, (40), 2018, с. 83-91.
47. Столін, В. В., Пантелєєв, С. Р. Особистісний розвиток: теорія і методика. 2003, Київ: МАУП.
48. Старинська, Н. В. Властивості самоактуалізованої особистості студентів. European humanities studies: State and Society, (3), 2017, с. 161-171.
49. Ширяєва, Л. М., Горбашенко, Т. М. Особливості застосування програми розвитку міжособистісних стосунків студентів з обмеженими можливостями здоров'я, Збірник наукових праць «Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету» 2021, 132-136 с.
50. Шебанова С. Г. Профилактика и коррекция агрессивного поведения студентов средствами тренинга общения: дисс. ... канд. псих. наук: 19.00.07. Херсон, 2000. 212 с.
51. Цигульська Т. Ф. Загальна та прикладна психологія: Навчальний посібник. К.: Наукова думка, 2000. 190 с.
52. Цимбалюк І. М. Психологія. К.: ВД «Професіонал», 2004. 304 с.

53. Юр'єва, Л. М., Огоренко, В. В., Гненна, О. М., Кокашинський, В. О. Вплив рівня самооцінки студентів-медиків на впевненість у виборі майбутньої спеціалізації. *Modern Technology and Innovative Technologies*, (Part 5), 2020, 49-53.
54. Яновська, С. Г., Туренко, Р. Л., Махновський, С. С., Зотова, Л. М., Базилевська, Л. О. Методика діагностики міжособистісних стосунків куратора та студентів. *Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія Психологія*, (68), 2020, с. 62-68.
55. Яновська, Т. Психологічні особливості міжособистісних стосунків студентської молоді з різним рівнем самооцінки. *Молодий вчений*, (5 (57)), 2018, с. 33-36.
56. Яремко, О. В. Роль особистісних чинників у взаємозв'язку міжособистісних стосунків і стосунків із Богом. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, 2011, (13).
57. Andrade, H. L. A critical review of research on student self-assessment. In *Frontiers in Education* 2019, (p. 87). Frontiers.
58. Alek, A., Marzuki, A. G., Farkhan, M., Deni, R. Self-assessment in exploring EFL students' speaking skill. *Al-Ta lim Journal*, 27(2), 2020, 208-214.
59. Bass, B. M. The reliability and validity of the leadership style questionnaire. *Journal of Applied Psychology*, 45(6), 1961, 397-404.
60. Banks, J., Smyth, E. «We Respect Them, and They Respect Us»: The Value of Interpersonal Relationships in Enhancing Student Engagement. *Education Sciences*, 11(10), 2021, 634.
61. Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., Vohs, K. D. Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 2003, 4(1), 1-44.
62. Bourke, R. Self-assessment to incite learning in higher education: developing ontological awareness. *Assessment evaluation in higher education*, 43(5), 2018, 827-839.

63. Brown, J. D. Self-Esteem and Self-Evaluation: Feeling is Believing. In J. Suls A. G. Greenwald (Eds.), *Psychological Perspectives on the Self*, 1993, (Vol. 4, pp. 27-58). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
64. Crocker, J., Knight, K. M. Contingencies of Self-Worth. *Current Directions in Psychological Science*, 2005, 14(4), 200-203.
65. González-Betancor, S. M., Bolívar-Cruz, A., Verano-Tacoronte, D. Self-assessment accuracy in higher education: The influence of gender and performance of university students. *Active learning in higher education*, 2019, 20(2), 101-114.
66. Jamrus, M. H. M., Razali, A. B. Using self-assessment as a tool for English language learning. *English Language Teaching*, 12(11), 2019, 64-73.
67. Leary, T. *Interpersonal diagnosis of personality: A functional theory and methodology for personality evaluation*. New York: Ronald Press, 1957.
68. Mainhard, T., Oudman, S., Hornstra, L., Bosker, R. J., Goetz, T. Student emotions in class: The relative importance of teachers and their interpersonal relations with students. *Learning and instruction*, 53, 2018, 109-119.
69. Ma, W., Winke, P. Self-assessment: How reliable is it in assessing oral proficiency over time?. *Foreign Language Annals*, 52(1), 2019, 66-86.
70. Martin, A. J., Collie, R. J. Teacher–student relationships and students’ engagement in high school: Does the number of negative and positive relationships with teachers matter? *Journal of Educational Psychology*, 2019, 111(5), 861.
71. McCloughen, A., Foster, K. Nursing and pharmacy students’ use of emotionally intelligent behaviours to manage challenging interpersonal situations with staff during clinical placement: A qualitative study. *Journal of Clinical Nursing*, 27(13-14), 2018, 2699-2709.
72. Nakano, M., Yamazaki, C., Teshirogi, H., Kubo, H., Ogawa, Y., Kameo, S., Koyama, H. How worries about interpersonal relationships, academic performance, family support, and classmate social capital influence suicidal ideation among adolescents in Japan. *The Tohoku Journal of Experimental Medicine*, 2022, 256(1), 73-84.

73. Sedikides, C., Gregg, A. P. Portraits of the Self. In M. A. Hogg J. Cooper (Eds.), *Sage Handbook of Social Psychology 2003*, (pp. 110-138). London: Sage.
74. Timmermans, A. C., van der Werf, M. G., Rubie-Davies, C. M. The interpersonal character of teacher expectations: The perceived teacher-student relationship as an antecedent of teachers' track recommendations. *Journal of school psychology*, 73, 2019, 114-130.
75. Theelen, H., Van den Beemt, A., den Brok, P. Classroom simulations in teacher education to support preservice teachers' interpersonal competence: A systematic literature review. *Computers Education*, 129, 2019, 14-26.
76. Panadero, E., Lipnevich, A., Broadbent, J. Turning self-assessment into self-feedback. The impact of feedback in higher education: Improving assessment outcomes for learners, 2019, 147-163.
77. Ratminingsih, N. M., Marhaeni, A. A. I. N., Vigayanti, L. P. D. Self-Assessment: The Effect on Students' Independence and Writing Competence. *International Journal of Instruction*, 11(3), 2018, 277-290.
78. Rustamova, S. A., Rashidova, M. X. Formation of self-assessment competence of primary school students in foreign language teaching. *Science and Education*, 3(4), 2022, 1075-1080.
79. Vasileiadou, D., Karadimitriou, K. Examining the impact of self-assessment with the use of rubrics on primary school students' performance. *International Journal of Educational Research Open*, 2, 2021, 100031.
80. Yan, Z. Self-assessment in the process of self-regulated learning and its relationship with academic achievement. *Assessment Evaluation in Higher Education*, 2020, 45(2), 224-238.

Всього джерел – 80.

Джерел за останні п'ять років – 41 (2, 11, 12, 13, 14, 18, 21, 22, 23, 26, 27, 29, 31, 34, 37, 43, 45, 46, 48, 49, 53, 54, 55, 57, 58, 60, 62, 65, 66, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80).

Джерел українських авторів за останні п'ять років – 23 (2, 11, 12, 13, 14, 18, 21, 22, 23, 26, 27, 29, 31, 34, 37, 43, 45, 46, 48, 49, 53, 54, 55).

Джерел зарубіжних авторів за останні п'ять років – 18 (57, 58, 60, 62, 65, 66, 68, 69, 70, 71, 72, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80).

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Визначення рівня своєї самооінки Г. М. Казанцева»

Методика пропонує певну кількість тверджень, навпроти яких ставиться один з трьох варіантів відповідей: «так» (+), «ні» (-), «не знаю» (?), які відповідають власній поведінці в аналогічній ситуації.

Бланк запитань

1. Звичайно я розраховую на успіх у своїх справах.
2. Більшу частину часу я знаходжуся у пригніченому стані.
3. Більшість ровесників зі мною радяться.
4. У мене не має невпевненості в собі.
5. Я настільки ж здібний і винахідливий як більшість оточуючих мене людей.
6. Часом я почуваю себе нікому не потрібним.
7. Я все роблю добре (будь-яку справу).
8. Мені здається, що я нічого не досягну в майбутньому.
9. У будь-якій справі я вважаю себе правим.
10. Я роблю багато такого, про що потім жалкую.
11. Коли я дізнаюсь про успіхи кого-небудь, кого я знаю, то сприймаю це як власну поразку.
12. Мені здається, що всі навколо дивляться на мене з осудом.
13. Мене мало турбують можливі невдачі.
14. Мені здається, що успішному виконанню доручень чи справ мені заважають перешкоди, яких мені не подолати.
15. Я рідко жалкую про те, що вже зробив.
16. Оточуючі мене люди більш привабливі, ніж я.
17. Я думаю, що я постійно комусь необхідний.
18. Мені здається, що я навчаюся гірше за інших.

19. Мені частіше щастить, ніж не щастить.

20. У житті я завжди чогось боюся.

Підрахунок результатів.

Підраховується кількість позитивних відповідей (+), спочатку за непарними номерами, а потім за парними. Від першого результату віднімається другий. Кінцевий результат знаходиться в інтервалі від -10 до +10.

Методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса

Потрібно вибрати одну відповідь, яка найбільше відповідає дійсності та виражає Вашу думку, і записати її на бланку для відповідей у стовпчику «Найбільш привабливо». Потім вибрати одну відповідь, яка найменше відповідає реальності, і записати її на бланку для відповідей у стовпчику «Найменш привабливо».

Бланк до методики Б. Басса

1. Найбільше задоволення я одержую від:
 - А) схвалення моєї роботи;
 - Б) усвідомлення того, що робота виконана добре;
 - В) усвідомлення того, що мене оточують друзі.
2. Якби я грав у футбол (волейбол, баскетбол), то прагнув би бути:
 - А) тренером, який розробляє тактику гри;
 - Б) відомим гравцем;
 - В) обраним капітаном команди.
3. На мою думку, кращим педагогом є той, хто:
 - А) цікавиться учнями та має до кожного індивідуальний підхід;
 - Б) зацікавлює своїм предметом так, що учні з задоволення заглиблюються в цей предмет;
 - В) створює у колективі таку атмосферу, за якої кожен учень може висловити свою думку.
4. Мені подобається, коли люди:
 - А) радіють за виконану роботу;
 - Б) із задоволенням працюють у колективі;
 - В) прагнуть виконати свою роботу краще за інших.
5. Я бажав би, щоб мої друзі:
 - А) були доброзичливими та допомагали людям, коли це необхідно;
 - Б) були вірними та відданими мені;

- В) були розумними та цікавими людьми.
6. Кращими друзями я вважаю тих:
- А) з ким маю гарні стосунки;
 - Б) на кого завжди можна покластися;
 - В) хто може багато досягти у житті.
7. Найбільше мені не подобається:
- А) коли у мене щось не виходить;
 - Б) коли розвалюються стосунки з товаришами;
 - В) коли мене критикують.
8. На мою думку, дуже погано, коли педагог:
- А) не приховує своєї антипатії до деяких учнів, насміхається та дражнить їх;
 - Б) викликає дух суперництва в колективі;
 - В) недостатньо добре знає предмет, який викладає.
9. У дитинстві мені найбільше подобалося:
- А) проводити час з друзями;
 - Б) відчуття виконаної справи;
 - В) коли мої вчинки схвалювали.
10. Я бажав би бути схожим на тих, хто:
- А) досягнув успіху в житті;
 - Б) дійсно закоханий у свою справу;
 - В) відзначається доброзичливістю та товариськістю.
11. Насамперед школа повинна:
- А) навчати вирішувати завдання, які ставить життя;
 - Б) розвивати передусім індивідуальні здібності учнів;
 - В) виховувати якості, які допомагають встановлювати стосунки з людьми.
12. Якби я мав більше вільного часу, то використовував би його:
- А) для спілкування з друзями;
 - Б) для відпочинку та розваг;

В) для самоосвіти та улюблених справ.

13. Найбільших успіхів я досягаю, коли:

А) працюю з людьми, до яких відчуваю симпатію;

Б) маю цікаву роботу;

В) отримаю винагороду за свої зусилля.

14. Мені подобається, коли:

А) інші люди поважають мене;

Б) я відчуваю задоволення від добре виконаної роботи;

В) я маю час приємно спілкуватися з друзями.

15. Якби про мене написали в газеті, то краще було б, щоб:

А) розповіли про якусь цікаву справу, пов'язану із навчанням, спортом, де я брав участь;

Б) написали про мою діяльність;

В) обов'язково розповіли про колектив, у якому я працював.

16. Краще за все я навчаюсь, коли викладач:

А) має до мене індивідуальний підхід;

Б) може зацікавити своїм предметом;

В) проводить колективні обговорення проблем, що вивчаються.

17. Для мене немає нічого гіршого, за:

А) образу власної гідності;

Б) невдачу при виконанні важливої справи;

В) втрату друзів.

18. Найбільше я ціную:

А) успіх;

Б) можливості спільної роботи;

В) здоровий практичний розум та інтуїцію.

19. Я не поважаю людей, які:

А) вважають себе гіршими за інших;

Б) часто сваряться та конфліктують;

В) заперечують усе нове.

20. Приємно, коли:

- А) працюєш над важливою справою;
- Б) маєш багато друзів;
- В) усім подобаєшся та викликаєш схвалення.

21. На мою думку, в першу чергу керівник повинен бути:

- А) доступним;
- Б) авторитетним;
- В) вимогливим.

22. У вільний час я з цікавістю прочитав би книжки:

- А) про те, як знайти друзів та налагодити гарні стосунки з оточуючими;
- Б) про життя знаменитих людей;
- В) про останні досягнення науки та техніки.

23. Якби в мене були музикальні здібності, я бажав би бути:

- А) диригентом;
- Б) композитором;
- В) солістом.

24. Я бажав би:

- А) вигадати цікавий конкурс;
- Б) перемогти у конкурсі;
- В) організувати конкурс і управляти ним.

25. Для мене важливо знати:

- А) що я бажаю зробити;
- Б) як досягнути мети;
- В) як організувати людей для досягнення мети.

26. Людина повинна прагнути до того, щоб:

- А) інші люди схвалювали її вчинки;
- Б) передусім виконувати свою справу;
- В) її не можна було б критикувати за виконану роботу.

27. Найкраще я відпочиваю у вільний час, якщо:

- А) спілкуюсь з друзями;

Б) дивлюсь цікаві фільми;

В) займаюся своєю улюбленою справою.

Методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі

Інструкція: Вам пропонується список характеристик. Слід уважно прочитати кожен і вирішити, чи відповідає вона вашому уявленню про себе. Якщо відповідає, то позначте її у протоколі хрестиком, якщо не відповідає - нічого не ставте. Якщо немає повної впевненості, хрестик не ставте. Намагайтеся бути щирими.

1. Інші думають про нього прихильно
2. Справляє враження на оточуючих
3. Уміє розпоряджатися, наказувати
4. Уміє наполягти на своєму
5. Володіє почуттям гідності
6. Незалежний
7. Здатний сам подбати про себе
8. Може проявляти байдужість
9. Здатний бути суворим
10. Строгий, але справедливий
11. Може бути щирим
12. Критичний до інших
13. Любить поплакатися
14. Часто сумний
15. Здатний проявляти недовіру
16. Часто розчаровується
17. Здатний бути критичним до себе
18. Здатний визнати свою неправоту
19. Охоче підкоряється
20. Поступливий
21. Вдячний
22. Захоплюється, схильний до наслідування

23. Поважний
24. Шукає схвалення
25. Здатний до співпраці, взаємодопомоги
26. Прагне ужитися з іншими
27. Приязний, доброзичливий
28. Уважний, ласкавий
29. Делікатний
30. Підбадьорюючий
31. Чуйний на заклики про допомогу
32. Безкорисливий
33. Здатний викликати захоплення
34. Користується в інших повагою
35. Володіє талантом керівника
36. Любить відповідальність
37. Впевнений в собі
38. Самовпевнений, напористий
39. Діловий, практичний
40. Любить змагатися
41. Стійкий, наполегливий, де треба
42. Невблаганний, але неупереджений
43. Дратівливий
44. Відкритий, прямолінійний
45. Не терпить, щоб їм командували
46. Скептичний
47. На нього важко справити враження
48. Образливий, делікатне
49. Легко бентежиться
50. Невпевнений у собі
51. Поступливий
52. Скромний

53. Часто вдається до допомоги інших
54. Дуже шанує авторитети
55. Охоче приймає поради
56. Довірливий і прагне радувати інших
57. Завжди люб'язний в обходженні
58. Дорожить думкою оточуючих
59. Товариська, уживчивий
60. Добросердечний
61. Добрий, вселяє впевненість
62. Ніжний, м'якосердий
63. Любить піклуватися про інших
64. Безкорисливий, щедрий
65. Любить давати поради
66. Справляє враження значного людини
67. Начальственно наказовий
68. Владний
69. Хвалькуватий
70. Гордовитий і самовдоволений
71. Думає тільки про себе
72. Хитрий, розважливий
73. Нетерпимий до помилок інших
74. Корисливий
75. Відвертий
76. Часто недружелюбний
77. Озлоблений
78. Скаржник
79. Ревнивий
80. Довго пам'ятає свої образи
81. Самобичуючийся
82. Сором'язливий

83. Безініціативний
84. Лагідний
85. Залежна, несаможиттєва
86. Любить підкорятися
87. Надає іншим приймати рішення
88. Легко потрапляє в халепу
89. Легко піддається впливу друзів
90. Готовий довіритися будь-кому
91. Схильний призначати до всіх без розбору
92. Всім симпатизує
93. Прощає всі
94. Переповнений надмірним співчуттям
95. Великодушний, терпимий до недоліків
96. Прагне протегувати
97. Прагне до успіху
98. Чекає захоплення від кожного
99. Розпоряджається іншими
100. Деспотичний
101. Сноб, судить про людей лише за рангом і достатку
102. Марнославний
103. Егоїстичний
104. Холодний, черствий
105. Уїдливі, глузливі
106. Злий, жорстокий
107. Часто гнівливий
108. Байдужий, байдужий
109. Злопам'ятний
110. Пройнятий духом протиріччя
111. Впертий
112. Недовірливий, підозрілий

113. Боязкий
114. Сором'язливий
115. Відрізняється надмірною готовністю підкорятися
116. М'якотілий
117. Майже ніколи нікому не заперечує
118. Нав'язливий
119. Любить, щоб його опікали
120. Надмірно довірливий
121. Прагне знайти розташування кожного
122. З усіма погоджується
123. Завжди доброзичливий
124. Любить всіх
125. Дуже поблажливий до оточуючих
126. Намагається утішити кожного
127. Піклується про інших на шкоду собі
128. Псує людей надмірною добротою

**Опитувальник для визначення самоствалення особистості (В. В. Столін,
С. Р. Пантелєєв)**

Хід проведення:

Досліджуваним пропонується опитувальник, що налічує 110 тверджень.

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

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

Текст опитувальника.

1. Мої слова не так уже й часто розходяться з ділом.
2. Випадковому знайомому я швидше за все видамся людиною приємною.
3. До чужих проблем я завжди ставлюсь з тим же розумінням, що і до своїх.
4. У мене часто виникає відчуття, що те, про що я подумки з собою розмовляю, мені неприємне.
5. Думаю, що більшість моїх знайомих ставиться до мене з симпатією.
6. Найрозумніше, що може зробити людина у своєму житті, – це підкоритися власній долі.
7. У мене достатньо здібностей та енергії втілити в життя задумане.
8. Якби Я роздвоївся, то мені було б дуже цікаво спілкуватися зі своїм двійником.
9. Я не здатен завдати душевного болю коханим та рідним мені людям.
10. Я вважаю, що іноді не гріх пожаліти самого себе.

11. Зробивши якийсь промах, я часто не можу зрозуміти, як мені могло прийти в голову, що із задуманого могло вийти щось хороше.
12. Частіше я схвалюю свої плани і вчинки.
13. В моїй особистості є, мабуть, щось таке, що здатне викликати у інших гостру неприязнь.
14. Коли я намагаюся себе оцінити, я насамперед бачу свої недоліки.
15. У мене не виходить бути для коханої людини цікавим тривалий час.
16. Можна сказати, що я ціную себе досить високо.
17. Мій внутрішній голос рідко підказує мені те, з чим би я кінець кінцем погодився.
18. Багато моїх знайомих не сприймають мене серйозно.
19. Бувало, і не раз, що я сам сильно ненавидів себе.
20. Мені дуже заважає нестача волі, енергії та цілеспрямованості.
21. В моєму житті виникали такі обставини, коли я йшов на угоду з власною совістю.
22. Іноді я сам себе погано розумію.
23. Часом мені буває дуже болісно спілкуватися з самим собою.
24. Думаю, що без великих зусиль міг би знайти спільну мову з будь-якою розумною та знаючою людиною.
25. Якщо я і ставлюся до кого-небудь з докором, то насамперед до самого себе.
26. Іноді я сумніваюсь, чи можна любити мене по-справжньому.
27. Часто мої суперечки з самим собою обриваються думкою, що все одно вийде не так, як я вирішив.
28. Моє ставлення до самого себе можна назвати дружнім.
29. Навряд чи знайдуться люди, яким я не по душі.
30. Часто я не без сарказму жартую над собою.
31. Якби моє друге «Я» існувало, то для мене це був би найнудніший партнер по спілкуванню.

32. Я вважаю, що я достатньо склався як особистість і тому не витрачаю багато сили на те, щоб в чомусь стати іншим.
33. В цілому мене влаштовує те, який я є.
34. На жаль, дуже багато не розділяють моїх поглядів на життя.
35. Загалом я можу сказати, що поважаю себе.
36. Я думаю, що маю надійного і розумного порадника в самому собі.
37. Я досить часто дратуюсь від самого себе.
38. Я часто, але досить безуспішно, намагаюсь в собі щось змінити.
39. Я думаю, що моя особистість значно цікавіша і багатша, ніж це може видатися на перший погляд.
40. Мої достоїнства загалом переважають над моїми недоліками.
41. Я рідко залишаюсь незрозумілим в самому важливому для мене.
42. Думаю, що інші в цілому оцінюють мене досить високо.
43. Те, що зі мною трапляється, - це справа моїх рук.
44. Якщо я сперечаюсь з собою, то завжди впевнений, що знайду єдине правильне рішення.
45. Коли зі мною трапляються неприємності, як правило, я кажу: «Так тобі і треба».
46. Я не вважаю, що достатньо духовно цікавий для того, щоб бути привабливим для багатьох людей.
47. У мене часто виникають сумніви, чи такий я насправді, яким себе уявляю.
48. Я не здатен зрадити навіть подумки.
49. Частіше всього я думаю про себе з дружньою іронією.
50. Мені здається, що мало хто може подумати про мене погано.
51. Я впевнений, що на мене можна покластися у самих відповідальних справах.
52. Я можу сказати, що в цілому я контролюю свою долю.
53. Я ніколи не видаю думки, які мені сподобались за свої.

54. Яким би я не видавався оточуючим, я знаю, що в глибині душі я кращий, ніж більшість інших.
55. Я хотів би залишитися таким, який я є.
56. Я завжди радий критиці на мою адресу, якщо вона обґрунтована і справедлива.
57. Мені здається, що якби таких людей як я було більше, то життя змінилося б на краще.
58. Моя думка має достатню вагу в очах оточуючих.
59. Щось заважає мені зрозуміти себе по-справжньому.
60. У мені є чимало такого, що навряд чи викликає симпатію.
61. В складних обставинах я зазвичай не чекаю, доки проблеми вирішаться самі собою.
62. Іноді я намагаюсь видати себе не за того, хто я є.
63. Бути поблажливим до власних слабостей цілком природно.
64. Я впевнився, що глибоке проникнення в себе – малоприємне та досить ризиковане заняття.
65. Я ніколи не дратуюсь і не злюсь без особливих на те причин.
66. В мене бували такі моменти, коли я розумів, що мене є за що зневажати.
67. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що зі мною відбувається.
68. Саме багатство та глибина мого внутрішнього світу і визначають мою цінність як особистості.
69. Тривалі суперечки з собою частіше залишають гіркий осадок в моїй душі, ніж приносять полегшення.
70. Думаю, що спілкування зі мною приносить людям відверте задоволення.
71. Якщо говорити відверто, іноді я буваю дуже неприємним.
72. Можна сказати, що я собі подобаюсь.
73. Я – людина надійна.

74. Здійснення мої бажань мало залежить від везіння.
75. Моє внутрішнє «Я» завжди мені цікаве.
76. Мені дуже просто переконати себе не засмучуватися через дрібниці.
77. Близьким людям притаманно мене недооцінювати.
78. У мене в житті часто бувають хвилини, коли я сам собі огидний.
79. Мені здається, що я все-таки не вмію сердитися на себе по-справжньому.
80. Я переконався, що в серйозних справах на мене краще не розраховувати.
81. Іноді мені здається, що я якийсь дивний.
82. Я не схильний пасувати перед труднощами.
83. Моє власне «Я» не видається мені чимось вартим уваги.
84. Мені здається, що глибоко обдумуючи свої внутрішні проблеми, я навчився значно краще себе розуміти.
85. Навряд чи я викликаю симпатію у більшості моїх знайомих.
86. Мені траплялось робити такі вчинки, яким навряд чи можна знайти виправдання.
87. Десь у глибині душі я вважаю себе слабаком.
88. Якщо я відверто і звинувачую себе в чомусь, то, як правило, викривального запалу вистачає ненадовго.
89. Мій характер, яким би він не був, цілком мене влаштовує.
90. Я цілком ясно уявляю собі, що чекає мене попереду.
91. Іноді мені буває досить важко знайти спільну мову зі своїм внутрішнім «Я».
92. Мої думки про себе найчастіше зводяться до звинувачень на власну адресу.
93. Я не хотів би сильно мінятися навіть на краще, тому що кожна зміна – це втрата якоїсь дорогої часточки самого себе.

94. В результаті моїх дій досить часто виходить зовсім не те, на що я розраховував.
95. Навряд чи в мені є щось, чого б я не знав.
96. Мені ще багато чого не вистачає, щоб з впевненістю сказати собі: «Так, я цілком зріла особистість».
97. В мені цілком мирно вживаються як мої достоїнства, так і мої недоліки.
98. Іноді я надаю «безкорисну» допомогу людям лише для того, щоб краще виглядати у власних очах.
99. Мені досить часто і безуспішно доводиться виправдовуватися перед самим собою.
100. Ті, хто мене не любить, просто не знають, яка я людина.
101. Переконати себе в чомусь для мене нескладно.
102. Я не відчуваю нестачі в близьких та розуміючих мене людях.
103. Мені здається, що мало хто поважає мене по-справжньому.
104. Якщо не бути дріб'язковим, то в цілому мене себе немає в чому дорікнути.
105. Я сам створив себе таким, який я є.
106. Думка інших про мене цілком співпадає з моєю власною.
107. Я сам хотів багато в чому себе переробити.
108. До мене ставляться так, як я того заслуговую.
109. Думаю, що моя доля все-одно складеться не так, як мені хотілося тепер.
110. Впевнений, що в житті я на своєму місці.

РЕФЕРАТ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ «ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ САМООЦІНКИ»

**Виконала: Кафарова (Мовчан) Віталіна Олександрівна
Науковий керівник: Склярова Ганна Олександрівна**

Актуальність дослідження психологічних особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки визначається не лише їхнім перебуванням у періоді активної соціалізації та формування ідентичності, але й важливістю формування особистості студента та побудови його гармонійних відносин із оточуючим світом. Високий рівень самооцінки може сприяти розвитку стійкої психологічної самодостатності, підвищенню мотивації до досягнення цілей та успішності навчання. Низький рівень самооцінки може призвести до почуття незадоволення своїми досягненнями, страху перед критикою, недовіри до себе та своїх здібностей.

Мета – теоретично та емпірично дослідити міжособистісні стосунки студентів з різним рівнем самооцінки.

Завдання:

1. Теоретично дослідити принципи формування міжособистісних стосунків.
2. Теоретично дослідити психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів з різним рівнем самооцінки.
3. Провести емпіричне дослідження психологічних особливостей міжособистісних стосунків у студентів з різним рівнем самооцінки.
4. Розробити рекомендації для покращення міжособистісних стосунків.

Об'єкт – міжособистісні стосунки студентської молоді.

Предмет – вплив самооцінки на міжособистісні стосунки серед студентів.

У **вступі** обґрунтовано актуальність досліджуваної проблеми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет, методи; розкрито методологічні та теоретичні засади дослідження, висвітлено наукову новизну і практичне значення кваліфікаційної роботи, представлено дані щодо структури й обсягу кваліфікаційної роботи.

У першому розділі «**Теоретичні основи дослідження міжособистісних стосунків та самооцінки студентів**» визначено поняття та принципи формування міжособистісних стосунків, проаналізовано самооцінку як центральний компонент «Я-концепції» особистості та теоретично обґрунтовано психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів в залежності від рівня їх самооцінки.

Міжособистісні стосунки є невід'ємною частиною життя кожної людини і визначають якість її життя. Вони формуються на основі різних принципів, таких як взаємодія, взаєморозуміння, співпраця, повага та ін. Важливою

складовою міжособистісних стосунків є самооцінка, яка впливає на сприйняття іншої людини, а також на взаємодію з нею.

У формуванні міжособистісних стосунків важливу роль відіграє самооцінка, яка впливає на психологічні особливості стосунків студентів. Високий рівень самооцінки сприяє більш відкритим та успішним міжособистісним стосункам, тоді як низький рівень може призвести до більшої нестатності та конфліктів.

Принципи формування успішних міжособистісних стосунків включають в себе співпрацю, співробітництво, взаємоповагу та толерантність. Однак, важливо пам'ятати, що інші чинники, такі як особистісні риси, соціальні навички, досвід та контекст, також можуть впливати на успішність міжособистісних стосунків. Розуміючи та враховуючи ці чинники, студенти можуть бути більш успішними в формуванні та підтриманні задовільних та здорових міжособистісних стосунків.

У другому розділі «Емпіричний аналіз особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки» представлено опис методик та висвітлено результати дослідження.

Проведено опитування в якому взяло участь 84 студента, різних університетів та курсів, від 17 до 23 років. Для проведення дослідження обрано: методику «Визначення рівня своєї самооцінки Г. М. Казанцева», методику діагностики спрямованості особистості Б. Басса, методику діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі, опитувальник для визначення самоствалення особистості (В. В. Столін, С. Р. Пантелєєв).

Після проведення дослідження та опрацювання відповідей респондентів, маємо такі результати:

– Група студентів з заниженою самооцінкою (група А) проявляє низький рівень спрямованості на себе та на справу, а високий рівень спрямованості на інших. Це свідчить про їхню нестабільність та низьку самооцінку, а також може вказувати на більшу підкорність та прагнення довести свою корисність іншим.

– Група студентів з адекватною самооцінкою (група Б) проявляє збалансовану спрямованість на спілкування, себе та на справу. Вони мають середній рівень спрямованості на себе і високий рівень спрямованості на спілкування та справу. Ця група студентів вважається збалансованою з точки зору самооцінки та міжособистісних стосунків.

– Група студентів з завищеною самооцінкою (група В) має високий рівень спрямованості на себе та на справу, а середній рівень спрямованості на спілкування. Це може свідчити про переоцінку власних можливостей та недооцінку важливості міжособистісних стосунків для досягнення успіху.

– Група студентів з заниженою самооцінкою (група А) проявляє більшу підлегливість, залежність, дружелюбність та альтруїстичність, а меншу егоїстичність, агресивність, підозріливість та домінування. Ці характеристики можуть свідчити про те, що студенти з заниженою самооцінкою більш підкорні та прагнуть довести свою корисність іншим.

– Група студентів з адекватною самооцінкою (група Б) проявляє меншу авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозріливість, підлеглість та залежність. Вони також проявляють більшу дружелюбність, альтруїстичність та домінування. Ці характеристики можуть свідчити про більшу стійкість до впливу інших людей та більшу впевненість у власних силах.

– Група студентів з завищеною самооцінкою (група В) проявляє більшу авторитарність, егоїстичність, агресивність, підозріливість та домінування. Вони також проявляють меншу підлеглість, залежність, дружелюбність та альтруїстичність. Ці характеристики можуть свідчити про те, що студенти з завищеною самооцінкою можуть бути більш конкурентоспроможними та бажати домінувати в соціальних взаєминах, але можуть мати проблеми з формуванням та підтриманням довгострокових та здорових відносин з іншими людьми.

Самооцінка впливає на спрямованість студентів на себе, спілкування та справу в міжособистісних стосунках. Розуміння цих особливостей може допомогти вдосконалити взаємини між студентами та сприяти їхньому позитивному розвитку.

У третьому розділі **«Психокорекція міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки»** розроблено рекомендації для студентів, щодо корекції самооцінки та рекомендації для покращення міжособистісних стосунків.

Успішні міжособистісні стосунки вимагають зусиль від обох сторін, але розвиток особистісних чинників може значно сприяти їх поліпшенню. Навички комунікації, емпатія, уміння розв'язувати конфлікти та підвищення самооцінки є ключовими для будь-якої міжособистісної взаємодії. Зменшення рівня стресу також може допомогти покращити якість міжособистісних стосунків.

Розвиваючи ці чинники, люди можуть залучати до себе інших та підвищувати рівень спілкування, що зробить їх більш успішними у багатьох аспектах життя. Також важливо коригувати свою самооцінку, щоб не тільки розвивати сильні сторони своєї особистості, а й приймати свої слабкі сторони, що дозволить бути більш відкритим та прийняти допомогу від інших людей.

РЕЦЕНЗІЯ

На кваліфікаційну роботу студентки 4 курсу
Спеціальності 053 «Психологія»
Університету економіки і права «КРОК»
Кафарової (Мовчан) Віталіни Олександрівни
На тему:

«Психологічні особливості міжособистісних стосунків студентів з різним
рівнем самооцінки»

Актуальність дослідження психологічних особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки визначається їх перебуванням у періоді активної соціалізації та формування ідентичності.

Зміст кваліфікаційної роботи повністю відповідає затвердженій темі та поставленим завданням. В роботі детально розглядається особливості міжособистісних стосунків та самооцінки студентів.

У першому розділі роботи студентка висвітлила поняття та принципи формування міжособистісних стосунків, проаналізувала самооцінку як центральний компонент «Я-концепції» особистості та теоретично обґрунтувала психологічні особливості міжособистісних стосунків у студентів в залежності від рівня їх самооцінки.

У другому розділі Мовчан Віталіна описала методики, обрані для дослідження психологічних особливостей міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки.

Результати цього дослідження підкреслюють важливість досліджень, присвячених психологічним особливостям міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки. Розуміння цих особливостей може мати практичне значення для розробки та впровадження програм, спрямованих на підтримку і розвиток студентів з низькою самооцінкою, а також для створення сприятливого середовища для всіх студентів.

У третьому розділі розроблено рекомендації для студентів, щодо корекції самооцінки та рекомендації для покращення міжособистісних стосунків.

Результати кваліфікаційної роботи є практично значущими та можуть бути використані у навчальному процесі при викладанні дисциплін із загальної та педагогічної психології.

Кваліфікаційна робота заслуговує позитивної оцінки, а Мовчан Віталіна присудження освітнього ступеня бакалавра.

Рецензент:

канд. психол.наук
(науковий ступінь, вчене звання)

Никоненко О.В.
(прізвище, ім'я, по-батькові)

05.06.2023
(Дата)

(Підпис)

ВІДГУК НАУКОВОГО КЕРІВНИКА

на дипломну роботу здобувача вищої освіти

Кафарової (Мовчан) Віталіни Олександрівни на тему:

«Психологічні особливості міжособистісних стосунків студентів з різним рівнем самооцінки »

(У відгуку вказати оцінку актуальності теми дослідження, його наукової новизни та практичної цінності, виявлені недоліки. Особливо відзначити виконання роботи за замовленням або в інтересах конкретного підприємства, організації, установи, апробацію результатів дослідження на семінарах та конференціях тощо)

Мовчан Віталіна виконала кваліфікаційну роботу на актуальну тему. Актуальність зумовлюється тим, що рівень самооцінки впливає на взаємодію студентів з іншими людьми, в тому числі, однокласниками, викладачами й майбутніми колегами. Якість такої взаємодії не може не позначатися на успішності навчання та навчальній мотивації студентів.

Робота виконана та подана на перевірку вчасно, відповідає затвердженому змісту, має достатній обсяг, всі необхідні структурні частини, відповідає вимогам методичних рекомендацій. Студентка регулярно консультувалася з керівником та взяла до уваги основні рекомендації.

У роботі Мовчан Віталіна у повному обсязі висвітлила теоретичні положення психологічної науки щодо поняття та принципів формування міжособистісних стосунків, самооцінки як центрального компонента «Я-концепції» особистості, психологічних особливостей міжособистісних стосунків студентів із різним рівнем самооцінки. Також студентка підбрала методики для проведення емпіричного дослідження, сформулила вибірку, провела дослідження, та проаналізувала його результати, висвітливши основні моменти завдяки використанню таблиць та діаграм. Отримані результати стали основою для надання практичних рекомендацій щодо корекції самооцінки та покращення міжособистісних стосунків студентів.

Рекомендовано вдосконалити: якість роботи із джерелами (підбір та глибина опрацювання) та написання висновків.

Оцінка виконання окремих розділів та вимог (до 10 балів за кожний показник, якщо інше не встановлено кафедрою), додаткові критерії може встановлювати кафедра або керівник					
1	План, вступ та оглядовий (I) розділ	10	6	Критичний аналіз публікацій з теми дослідження	8
2	Аналітичний (II) розділ	9	7	Використання сучасних наукових методів, моделювання та інформаційних технологій	9
3	Рекомендаційний (III) розділ	10	8	Оброблення, аналіз та інтерпретація фактичного (експериментального) матеріалу	9
4	Висновки і пропозиції	9	9	Візуалізація ключової інформації	10
5	Використані джерела	9	10	Дотримання вимог до оформлення роботи	9
11					
12					
Дипломна робота рекомендована до захисту в ЕК. Оцінка наукового керівника:					90
К.психол.н., доцент кафедри психології Посада наукового керівника, науковий ступінь, вчене звання					Склярова Г.О. Прізвище, ініціали
«06» червня 2023 року			(підпис)		