

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ І ТЕХНОЛОГІЙ
НАВЧАЛЬНО- НАУКОВИЙ ЮРИДИЧНИЙ ІНСТИТУТ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

2025 р.

КВАЛІФІКАЦІЙНА БАКАЛАВРСЬКА РОБОТА
на тему: «Взаємозв'язок академічної успішності та рівня самооцінки учнів
молодшого шкільного віку»

Здобувача вищої освіти

Групи:

спеціальності 053 «Психологія»

Белоусової Ольги

Науковий керівник:

Доктор філософії в галузі

психології, доцент кафедри психології

Депутатов В. О.

Оцінка:

Національна шкала _____

Шкала ECTS ____ Кількість балів _____

Члени комісії

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

АНОТАЦІЯ

У кваліфікаційній бакалаврській роботі досліджується взаємозв'язок між академічною успішністю та рівнем самооцінки учнів молодшого шкільного віку. Актуальність теми зумовлена необхідністю глибшого розуміння психологічних чинників, які впливають на навчальну мотивацію, ефективність засвоєння знань та гармонійний розвиток особистості дитини. У роботі розглянуто роль самооцінки в навчальному процесі, її вплив на навчальні досягнення, адаптацію в колективі та загальний емоційний стан учня.

Метою дослідження є вивчення особливостей академічної успішності молодших школярів у залежності від рівня їхньої самооцінки та аналіз можливих способів її корекції для підвищення ефективності навчання. У межах роботи проаналізовано наукові джерела з теми, визначено психологічні чинники формування самооцінки, описано методiku проведення дослідження, проведено емпіричне дослідження із застосуванням анкетування, тестування, аналізу успішності та математико-статистичної обробки результатів.

Отримані результати дали змогу виявити специфіку взаємозв'язку між самооцінкою та академічними досягненнями дітей молодшого шкільного віку, а також обґрунтувати доцільність впровадження корекційної програми, спрямованої на розвиток адекватної самооцінки. Практичне значення роботи полягає в можливості використання її результатів у діяльності психологів, педагогів та батьків з метою підвищення навчальної мотивації й ефективності навчального процесу. Наукова новизна полягає у комплексному підході до вивчення психологічних аспектів навчання молодших школярів в умовах сучасної освітньої системи.

Ключові слова: учні молодшого шкільного віку, самооцінка, академічна успішність, психологічні чинники самооцінки.

ABSTRACT

The qualification bachelor's thesis investigates the relationship between academic success and the level of self-esteem of primary school students. The relevance of the topic is due to the need for a deeper understanding of psychological factors that affect learning motivation, the effectiveness of knowledge acquisition and the harmonious development of the child's personality. The paper examines the role of self-esteem in the educational process, its impact on academic achievement, adaptation in the team and the general emotional state of the student.

The purpose of the study is to study the features of academic success of primary school students depending on the level of their self-esteem and analyze possible ways to correct it to increase the effectiveness of learning. The paper analyzes scientific sources on the topic, identifies psychological factors in the formation of self-esteem, describes the methodology of the study, and conducts empirical research using questionnaires, testing, analysis of success and mathematical and statistical processing of the results.

The results obtained made it possible to identify the specifics of the relationship between self-esteem and academic achievements of children of primary school age, as well as to substantiate the feasibility of implementing a correctional program aimed at developing adequate self-esteem. The practical significance of the work lies in the possibility of using its results in the activities of psychologists, teachers and parents in order to increase learning motivation and the effectiveness of the educational process. The scientific novelty lies in the integrated approach to studying the psychological aspects of learning of primary school children in the conditions of the modern educational system.

Keywords: younger school-age students, self-esteem, academic performance, psychological determinants of self-esteem.

ЗМІСТ

	С.
ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ ТА РІВНЯ САМООЦІНКИ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	8
1.1. Аналіз літературних джерел з проблеми самооцінки.....	8
1.2. Психологічні чинники формування самооцінки в молодшому шкільному віці.....	11
1.3. Теоретичне дослідження особливостей взаємозв'язку академічної успішності на самооцінку молодших школярів.....	15
Висновок до Розділу 1.....	22
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ ТА РІВНЯ САМООЦІНКИ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	23
2.1. Організація та методологія дослідження взаємозв'язку академічної успішності та рівня самооцінки молодших школярів.....	23
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	25
Висновок до Розділу 2.....	30
РОЗДІЛ 3. ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ РІВНЯ САМООЦІНКИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	32
3.1. Обґрунтування доцільності розробки корекційної програми підвищення самооцінки у молодших школярів з метою підвищення академічної успішності.....	32
3.2. Представлення корекційної програми підвищення самооцінки у молодших школярів.....	34
Висновок до Розділу 3.....	38
ВИСНОВКИ.....	39
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	42
ДОДАТКИ.....	47

ВСТУП

Освіта є однією з ключових складових розвитку особистості, оскільки вона формує інтелектуальний, емоційний і соціальний потенціал дитини. У молодшому шкільному віці відбувається активне становлення навчальної діяльності, що значною мірою впливає на подальші успіхи учня. Одним із важливих психологічних факторів, що визначає навчальні досягнення дитини, є рівень її самооцінки.

Самооцінка відіграє важливу роль у навчальному процесі, адже від її рівня залежить мотивація до навчання, ставлення до труднощів, прагнення до самовдосконалення та адаптація у колективі. Діти з адекватною самооцінкою зазвичай мають стабільні результати у навчанні, тоді як низька або надмірно висока самооцінка може призводити до труднощів у засвоєнні навчального матеріалу та психологічного дискомфорту.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю визначення взаємозв'язку між академічною успішністю та рівнем самооцінки учнів молодшого шкільного віку, що може стати основою для вдосконалення педагогічних методик, спрямованих на розвиток гармонійної особистості дитини.

Кваліфікаційна бакалаврська робота виконується в межах *наукової теми кафедри* «Психологічні особливості взаємодії та суб'єктів взаємодії». Дослідження взаємозв'язку академічної успішності та рівня самооцінки учнів молодшого шкільного віку безпосередньо стосується психологічних аспектів взаємодії між учнем, учителем і батьками, що є ключовим фактором у формуванні навчальної мотивації та особистісного розвитку дитини. Отримані результати можуть бути використані для розробки рекомендацій щодо оптимізації освітнього процесу та психологічної підтримки дітей, що відповідає стратегічним цілям кафедри та університетських програм у сфері освітньої та психологічної підготовки фахівців.

Об'єктом дослідження є академічна успішність у зв'язку з самооцінкою, а **предметом** – її взаємозв'язок із рівнем самооцінки.

Метою кваліфікаційної роботи є вивчення особливостей академічної успішності молодших школярів у зв'язку від рівня їхньої самооцінки, а також аналіз можливих способів корекції самооцінки задля підвищення ефективності навчання.

Згідно з метою дослідження було визначено наступні **завдання** дослідження:

- проаналізувати наукові та методичні джерела, що висвітлюють проблеми самооцінки учнів молодшого шкільного віку, зокрема, її структуру, вплив на розвиток особистості та навчальні досягнення;

- визначити психологічні чинники, що формують самооцінку у дітей молодшого шкільного віку, а також з'ясувати їхній зв'язок з рівнем академічної успішності;

- розглянути теоретичні підходи до дослідження взаємозв'язку між академічною успішністю та самооцінкою, а також визначити роль самооцінки в навчальному процесі;

- описати організацію та методологію дослідження взаємозв'язку між академічною успішністю та рівнем самооцінки учнів молодшого шкільного віку, включаючи вибірку, методи дослідження та етапи проведення;

- проаналізувати та інтерпретувати отримані емпіричні дані, визначити закономірності та тенденції, що характеризують взаємозв'язок між самооцінкою і навчальними досягненнями дітей;

- обґрунтувати необхідність розробки корекційної програми для підвищення рівня самооцінки у молодших школярів з метою покращення їх академічної успішності;

- представити та описати корекційну програму, що включає конкретні методики та рекомендації для підвищення самооцінки учнів, спрямовані на покращення їх навчальних досягнень.

У процесі дослідження були використані такі *емпіричні методи*: анкетування, тестування, аналіз академічної успішності, та *математико-статистичні методи обробки даних*: описова статистика, кореляційний аналіз.

Практичне значення роботи полягає у можливості застосування отриманих результатів у педагогічній діяльності, психологічному супроводі дітей молодшого шкільного віку, а також у розробці програм розвитку адекватної самооцінки для підвищення академічної успішності.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що вперше в контексті сучасних педагогічних і психологічних досліджень розглядається взаємозв'язок між академічною успішністю та рівнем самооцінки учнів молодшого шкільного віку. У рамках роботи здійснено комплексний аналіз психологічних чинників, що впливають на самооцінку дітей цього віку, та визначено, як ці чинники корелюють з їхніми навчальними досягненнями.

Структура роботи включає вступ, три розділи, висновки, список використаних джерел та додатки.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ ТА РІВНЯ САМООЦІНКИ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Аналіз літературних джерел з проблеми самооцінки

Проблема самооцінки привертає пильну увагу науковців у галузі психології, оскільки вона є одним із ключових чинників особистісного розвитку, адаптації та ефективного функціонування людини в соціумі. Самооцінка впливає на емоційний стан, міжособистісні стосунки, навчальну мотивацію, стратегії подолання труднощів та загальне самосприйняття. У цьому підрозділі здійснено аналіз наукових джерел, у яких розглядаються підходи до визначення поняття самооцінки, її структура, функції, чинники формування та вікові особливості.

Одним із ключових аспектів дослідження в психології та педагогіці є самооцінка, яка є основною складовою особистості людини. Вона визначає її життєві принципи та уявлення про майбутнє, а також впливає на процес становлення особистості. Самооцінка дає змогу зрозуміти поведінкові особливості індивіда та його спосіб життя, а також ставлення до соціальних норм. Вона має значний вплив на напрямок розвитку особистості.

Самооцінка є одним із основних психологічних феноменів, що визначає взаємодію індивіда з навколишнім середовищем, зокрема в освітньому контексті. У психології самооцінка розглядається як складна динамічна структура, що включає в себе когнітивні, емоційні та мотиваційні компоненти, а також змінюється під впливом різноманітних факторів [9].

Існує кілька підходів до визначення самооцінки, зокрема, з точки зору її розвитку, ролі у навчальному процесі та впливу на поведінку дітей. Одним з

основних аспектів теоретичних досліджень самооцінки є її формування у різні етапи розвитку особистості [12].

У працях класиків психології, таких як К. Левін [39], самооцінка розглядається як складова частина самосвідомості, що визначає відносини людини до себе та до інших людей. К. Левін підкреслював, що самооцінка формується під впливом соціальних факторів, зокрема взаємодії з іншими людьми, що надає особливого значення процесу соціалізації.

Більш детально механізм формування самооцінки досліджував Г. Костюк [22], який визначав самооцінку як результат взаємодії зовнішніх оцінок з внутрішніми уявленнями людини про себе. У молодшому шкільному віці самооцінка є особливо важливою, оскільки на цьому етапі вона активно формується під впливом педагогів, однолітків та батьків.

Важливим у контексті взаємозв'язку самооцінки та навчальної діяльності є підхід який використовував П. Дячук [14]; науковець визначав самооцінку як один з важливих компонентів мотивації до навчання. Він зазначав, що позитивна самооцінка сприяє більшій мотивації до навчання, покращенню результатів і зменшенню рівня стресу під час навчального процесу.

Відомий американський психолог У. Джеймс вперше ввів концепцію «самооцінки», визначивши її як важливу складову «образу Я» в структурі особистості. За його теорією, особистість складається з трьох основних компонентів. Перший - це її складові елементи; другий - це емоційні реакції та почуття (самооцінка), що виникають щодо цих елементів; третій - це поведінка, яка формується під впливом цих аспектів особистості [15].

Деякі науковці роблять ряд уточнень щодо важливості самооцінки. Так, І. Ващенко та І. Ананова наголошують на тому, що вона є необхідним елементом розвитку самосвідомості, як застосування оцінок до власного «Я» [10].

Різні наукові підходи до вивчення самооцінки пропонують різні її трактування. Зокрема, її можна розглядати як психологічне утворення, що

впливає на регулювання поведінки та діяльності особистості, або ж як ключову характеристику людини, яка відображає унікальність її внутрішнього світу. Якщо сприймати самооцінку як систему особистісних характеристик, сформованих на основі суб'єктивно визначених цінностей, то більшість дослідників розглядають її як певну ціннісну категорію, що відображає ставлення людини до себе. Водночас у науковій літературі зустрічається підхід, згідно з яким самооцінка визначається рівнем задоволеності собою, ставленням до власних досягнень або ж є результатом процесу самопізнання [3].

Дослідники виділяють дві основні форми самооцінки: загальну та часткову. Перша відображає загальне ставлення людини до себе, її життєві орієнтири та внутрішню позицію. Друга ж стосується оцінки особистістю власних рис характеру, професійних і соціальних навичок, вчинків, міжособистісних взаємин, а також зовнішніх даних. На думку зарубіжних науковців, рівень загальної самооцінки безпосередньо пов'язаний із відчуттям внутрішньої гармонії, самоповагою та впевненістю, що сприяє повноцінному розкриттю творчого потенціалу особистості (І. Бех) [3].

У психологічній літературі виокремлюють три основні типи самооцінки [9]:

- адекватна: цей тип зустрічається рідше, проте є найбільш збалансованим. Люди з такою самооцінкою об'єктивно оцінюють власні можливості, визнають свої слабкі сторони та працюють над їх вдосконаленням. Водночас вони акцентують увагу на своїх перевагах і прагнуть їх розвивати. Такі особистості відкриті до конструктивної самокритики та зберігають реалістичне сприйняття себе;

- змішана: цей тип характеризується нестабільністю оцінки себе залежно від життєвих обставин. У певних сферах людина може сприймати себе адекватно, але сильні емоційні переживання або зовнішні фактори можуть вивести її з рівноваги. Наприклад, особа може мати впевненість у собі в

особистому житті, проте сумніватися у власній професійній компетентності, або навпаки;

- неадекватна: цей вид самооцінки має крайні прояви, що найчастіше пов'язані з внутрішніми комплексами. Завищена самооцінка часто є спробою приховати невпевненість у собі, створюючи оманливе враження впевненості перед оточуючими. Занижена ж самооцінка, навпаки, призводить до надмірної замкнутості, невпевненості у своїх силах і уникнення соціальних контактів, що лише підсилює негативне ставлення до себе.

Водночас дослідження самооцінки в контексті академічної успішності учнів молодшого шкільного віку було продовжене сучасними дослідниками, зокрема, в роботах М. Боярчук [7] та Л. Ніколаєнко [29], які підтвердили, що високий рівень самооцінки корелює з більшою академічною мотивацією та кращими навчальними результатами у дітей. Вони вказують на важливість формування адекватної самооцінки в молодшому шкільному віці для сприяння позитивному ставленню до навчальної діяльності та зменшення тривожності в учнів.

Таким чином, наукові дослідження проблеми самооцінки вказують на її складну природу та багатоаспектний вплив на процеси навчання і розвитку дітей. Однак, питання взаємозв'язку самооцінки та академічної успішності учнів молодшого шкільного віку потребує подальших емпіричних досліджень, що сприятиме розробці ефективних педагогічних і психологічних стратегій для покращення навчальних результатів та розвитку гармонійної особистості учня.

1.2. Психологічні чинники формування самооцінки в молодшому шкільному віці

Згідно з Енциклопедією сучасної України, молодший шкільний вік визначається як період життя дитини від 6-7 до 10-11 років. Цей етап

пов'язаний з початком навчання і характеризується особливостями фізичного та психічного розвитку дитини, що охоплює стадії середнього та пізнього дитинства [24].

Згідно з підходом І. Беха [3], самооцінка у дітей молодшого шкільного віку характеризується як змінний і чутливий процес, що залежить від успіхів і невдач у навчанні та спілкуванні. Автор вказує, що на формування самооцінки значно впливають не тільки зовнішні оцінки (успіхи в навчанні, ставлення вчителя), а й внутрішнє ставлення до своїх досягнень, що відображається в самооцінці.

Процес формування самооцінки є важливим етапом розвитку дитини. Вона включає вплив оточення, впевненість у власних силах, розвиток особистих якостей, а також прийняття себе та своїх можливостей. Сім'я займає ключову роль у житті кожної людини. На перших етапах життя діти розвиваються, пізнають навколишній світ та взаємодіють з батьками, а згодом настає час, коли вони починають навчання в школі [17].

У процесі шкільного навчання, зазначає О. Заскалько, дитина освоює нову соціальну роль – роль учня, яка передбачає виконання завдань, що високо цінуються дорослими. В цей період формується її соціальне «Я». Виникає новий тип взаємодії – «учень-вчитель», який впливає на стосунки дитини як з батьками, так і з однолітками. Академічна успішність починає відігравати ключову роль у визначенні статусу школяра. Оцінки, отримані від педагогів, а також ставлення батьків, суттєво впливають на становлення самооцінки дитини та її сприйняття власного місця в соціальному середовищі [16].

Молодший шкільний вік є важливим етапом у житті кожної дитини, оскільки на цьому етапі з'являються нові обов'язки, що можуть стати джерелом стресу для дитини. Молодший шкільний вік триває з шести до одинадцяти років і є важливим етапом у житті дитини, зокрема через початок навчання в школі. В цей період відбувається активний біологічний розвиток організму, зокрема центральної та вегетативної нервової системи, кістково-м'язового апарату та внутрішніх органів. Нервові процеси стають більш

активними, зокрема процеси збудження, що характеризують молодший шкільний вік підвищеною емоційною чутливістю, високою активністю та схильністю до непосидючості [18].

Молодший шкільний вік є часом активного розвитку самооцінки, що зумовлено залученням дитини до нової важливої для суспільства та оцінюваної діяльності. До кінця цього етапу самооцінка дитини стає більш незалежною та менш залежною від думок інших людей.

У загальному контексті, значна частина наукових досліджень наголошує на важливості розвитку адекватної самооцінки як у контексті особистісного розвитку дитини, так і в освітньому процесі. Самооцінка є основою для розвитку навчальної мотивації, визначає ставлення учнів до труднощів, формує їхні стратегії подолання проблем та впливає на їхній емоційний стан під час навчання [16].

Експериментальні дослідження містять чимало даних щодо особливостей формування самооцінки на різних етапах розвитку, зокрема в період молодшого шкільного віку. Р. Павелків зазначає, що рівень самооцінки молодших школярів значною мірою визначається їхніми соціально значущими обов'язками в навчальному середовищі. Її становлення безпосередньо пов'язане з освітнім процесом, а також із взаємодією дитини з дорослими й ровесниками. Саме у спілкуванні відбувається засвоєння різних способів оцінювання та критеріїв, що використовуються в соціумі. Поєднання цих оцінних стандартів сприяє активному розвитку механізмів самооцінки [30].

В продовження цієї думки О. Безверхий стверджує, що шкільне середовище відіграє ключову роль у формуванні особистісних якостей, що необхідні для подальшої самореалізації. Досягнення у навчанні стають основою для розвитку впевненості у собі та становлення самодостатньої особистості. Відомо, що у початковій школі особливо відчутним є вплив академічних труднощів на розвиток характеру дитини, а рівень навчальних успіхів залишається одним із визначальних чинників формування самооцінки молодшого школяра [2].

Оцінювання з боку вчителя відіграє значну роль у становленні самооцінки молодших школярів. У низці досліджень (М. Боришевський, Н. Гаврилова, А. Кочарян) розглядається вплив педагогічного оцінювання на формування уявлення дитини про власні можливості. Науковці наголошують на важливості врахування мотивів учнів щодо сприйняття вчительських зауважень, а також на складності їхньої емоційної реакції на педагогічні оцінки. Дослідники підкреслюють, що вчительське оцінювання має трансформаційний ефект, адже впливає на рівень усвідомлення учнем власного розвитку. Важливим аспектом є чіткість і зрозумілість педагогічної оцінки, оскільки навіть обґрунтована критика сприяє адекватному сприйняттю себе, тоді як невизначеність у оцінюванні може дезорієнтувати дитину [6; 11; 21].

У процесі навчання та виховання, наголошують науковці (Ю. Бабаян, Н. Тимченко) школяр поступово засвоює певні норми й цінності, що впливають на його ставлення як до власних навчальних досягнень, так і до себе загалом. Оцінки та думки оточуючих, зокрема вчителів і однолітків, відіграють важливу роль у цьому процесі. З віком дитина дедалі краще усвідомлює різницю між реальними результатами своєї діяльності та потенційними можливостями, які можна було б реалізувати за певних умов. У ході навчально-виховного процесу в учня поступово формується здатність оцінювати власні можливості, що є важливим складником самооцінки. Вона відображає не лише отриману від інших інформацію про себе, а й зростаючу особисту активність, спрямовану на розуміння власних дій і якостей [1].

Самооцінка відіграє ключову роль у формуванні ставлення дитини до себе, узагальнює її досвід у різних сферах діяльності та взаємодії з оточенням. Вона є важливим психологічним механізмом, що допомагає регулювати власну поведінку відповідно до загальноприйнятих норм і стандартів. Досліджуючи роботи американських учених, Р. Бернс зазначає, що перехідний період між дошкільним і молодшим шкільним віком супроводжується значними змінами у розвитку самооцінки. Водночас надто широке

трактування цього поняття може ускладнювати точний аналіз та характеристику змін, які відбуваються на цьому етапі [14].

Отже, науковці підкреслюють, що молодший шкільний вік є важливим періодом для становлення самооцінки. Це зумовлено розвитком пізнавальних здібностей дитини, зростанням її інтересу до власної особистості та формуванням навичок самоспостереження. Молодші школярі постійно перебувають у середовищі, де їхні дії піддаються оцінюванню, що сприяє ускладненню структури самооцінки та підвищенню рівня самокритичності.

Отже, психологічні чинники формування самооцінки в молодшому шкільному віці включають низку важливих аспектів. Серед них - розвиток пізнавальних здібностей, що дає дитині можливість оцінювати свої досягнення та порівнювати їх з іншими. Значну роль відіграє соціальне оточення, зокрема взаємодія з батьками, вчителями та однолітками, що впливає на формування уявлень про себе. Оцінки та реакції з боку дорослих стимулюють розвиток самосвідомості, підвищуючи рівень самокритичності та здатність дитини до самоаналізу. Водночас важливою є внутрішня мотивація та емоційний досвід, які впливають на відчуття успіху або невдачі, формуючи таким чином самооцінку школяра.

1.3. Теоретичне дослідження особливостей взаємозв'язку академічної успішності на самооцінку молодших школярів

Самооцінка є одним із провідних компонентів «Я-концепції» особистості, що формується в процесі соціального пізнання, самосприйняття та взаємодії з навколишнім середовищем. У молодшому шкільному віці (6–10 років) вона набуває особливої значущості, оскільки саме в цей період закладаються основи ставлення дитини до самої себе, до власних досягнень і можливостей. На думку Е. Еріксона, самооцінка в цьому віці ще не є повністю

сформованою, вона характеризується високим рівнем залежності від зовнішніх оцінок дорослих, насамперед учителів та батьків [38].

Провідною діяльністю в молодшому шкільному віці є навчання, тому академічна успішність виступає як ключовий чинник, що впливає на розвиток самооцінки. Згідно з дослідженнями О. Варгата та Л. Міхеєва, через оцінку власних навчальних досягнень дитина формує уявлення про себе як про здатного або нездатного до певної діяльності суб'єкта [8]. Таким чином, уявлення безпосередньо впливає на емоційне благополуччя, впевненість у собі та мотивацію до подальшого навчання.

У психологічних дослідженнях академічну успішність розглядають як показник результативності навчального процесу, що свідчить про рівень опанування школярами необхідних знань, умінь і навичок відповідно до навчальної програми. Для дітей молодшого шкільного віку важливим є не лише сам факт досягнення певних результатів, але й те, як ці результати оцінюються значущими дорослими – вчителями чи батьками. На думку Т. Клибанівської, позитивна оцінка навчальних досягнень стимулює формування впевненої та адекватної самооцінки в учнів, тоді як систематична критика або низькі оцінки можуть зумовлювати розвиток непевненості у власних силах [19].

Слід підкреслити, що рівень самооцінки дитини не завжди відповідає її фактичним досягненням у навчанні. За спостереженнями С. Коляденко, цей психологічний показник формується під впливом індивідуального життєвого досвіду, особливостей взаємодії з оточенням, характеру отриманого зворотного зв'язку та стилю сімейного виховання. Якщо спостерігається невідповідність між реальними результатами навчання і уявленнями дитини про себе, це може свідчити про труднощі в емоційно-вольовій сфері або про певні бар'єри у процесі соціального розвитку [20].

Молодший шкільний вік є сенситивним періодом для розвитку рефлексивності, здатності до самоспостереження і самооцінювання. У цьому віці діти починають активно порівнювати себе з однолітками, орієнтуватися

на соціально схвалювані норми й очікування. За умов підтримки з боку значущих дорослих формується адекватна, реалістична самооцінка, яка сприяє впевненості, ініціативності та пізнавальній активності [31].

Вчені підкреслюють, що молодший шкільний вік є чутливим періодом для становлення самооцінки, що пов'язано з інтенсивним розвитком пізнавальних процесів, зростанням інтересу дитини до власної особистості та формуванням здатності до самоспостереження. У цей час школяр постійно перебуває під зовнішнім оцінюванням з боку дорослих, що призводить до ускладнення структури самоусвідомлення та підвищення рівня самокритичності (М. Савчин, М. Василенко) [32].

Початок будь-якої навчальної діяльності пов'язаний із процесом оцінювання. Оцінка є його конкретною формою, яка дозволяє учневі усвідомити власну участь у навчальному процесі. На думку науковців, саме через оцінювання дитина починає сприймати себе як суб'єкта, здатного до змін і розвитку в межах освітньої діяльності [37].

Варто підкреслити, що питання навчальної успішності та оцінювання результатів шкільної діяльності посідає ключове місце у психолого-педагогічному супроводі молодших школярів. Саме оцінка відіграє визначальну роль у становленні мотивації до навчання, адаптації до шкільного середовища та формуванні самооцінки учнів. Як зазначає А. Стрижак, учні молодшого шкільного віку схильні сприймати себе та інших через призму вчительських оцінок, поділяючи однокласників на «відмінників», «слабких учнів» або «посередніх» [36]. Таким чином, оцінка шкільної успішності на початку шкільного навчання стає оцінкою особистості і визначає соціальний статус дитини.

Слід зазначити, що оцінювання навчальних досягнень є однією з провідних складових у процесі психологічного та педагогічного супроводу учнів початкової школи. Саме воно значною мірою впливає на розвиток внутрішньої мотивації до навчання, адаптацію до умов шкільного середовища та формування ставлення дитини до себе. За спостереженням А. Стрижак,

молодші школярі часто визначають свій статус у класі та оцінюють однокласників, орієнтуючись на думку вчителя, що спричиняє поділ на таких, хто «успішний», «невстигає» або перебуває на середньому рівні [35].

Як показують результати досліджень О. Митник і А. Стрижак, учні перших і других класів, які мають труднощі в навчанні, часто демонструють завищене уявлення про власні досягнення [36]. Водночас у четвертому класі спостерігається зростання кількості дітей з низьким рівнем навчальної успішності, які мають занижену самооцінку, що свідчить про поступове формування тенденції до недооцінювання власних результатів у частини невстигаючих школярів [33; 34; 35].

Дослідниця Д. Губарева зазначає, що дітям із низьким рівнем самооцінки властиве переживання власної незначущості та неповноцінності. Часткове зменшення інтенсивності цих емоцій можливе завдяки компенсаторній мотивації, коли інтерес дитини зміщується з навчальної діяльності на сфери, у яких вона відчуває себе впевнено. У таких випадках учень створює завищене, але неадекватне уявлення про себе, спираючись на успіхи в доступній для нього діяльності. Однак, навіть при наявності таких компенсацій, фіксація на ролі невстигаючого та відчуття меншовартості можуть спричинити глибші психологічні труднощі [13].

У практичній діяльності, як підкреслюють науковці, важливо забезпечити в класному колективі емоційно сприятливе середовище, адже саме в умовах психологічної безпеки найкраще формуються передумови для розвитку адекватної самооцінки в дітей. У молодшому шкільному віці уявлення про себе значною мірою формуються на основі ставлення з боку дорослих і однолітків, і зазвичай сприймаються без глибокого переосмислення чи критичного осмислення (Л. Ніколаєнко) [29].

Як зазначає А. Мунтян, діти починають навчання в школі з позитивним настроєм. Однак у тих, хто має недостатню підготовленість або низький рівень здібностей, з часом формується досвід отримання поганих оцінок, що змінює

їх мотивацію. Це може призвести до того, що ставлення до навчання стає негативним, а труднощі у навчальному процесі знижують самооцінку [28].

Варто зауважити, що неадекватна самооцінка може виникнути і у дітей, які добре підготовлені до школи. За словами Г. Костюка, така підготовка сприяє їх успіхам у навчанні без необхідності докладати значних зусиль [22]. Згідно з дослідженнями літератури, в процесі початкового навчання у дітей формується звичка до постійної похвали, що сприяє розвитку високих прагнень і позитивного ставлення до себе [7; 29].

У дошкільному віці самооцінка здебільшого базується на емоціях, тоді як у молодшому шкільному віці її когнітивний аспект формується через конкретні знання про власні можливості, здібності та особистісні якості. Це зумовлено особистим досвідом і активною участю в навчальній діяльності, яка є соціально прийнятною та оцінюється суспільством [12].

Труднощі багатьох учнів, які не досягають успіху в навчанні, як вважає М. Розенберг, не є наслідком розумових чи фізичних відхилень, а пов'язані з відчуттям зневіри в собі. Він зазначає, що досягнення в школі, на роботі і в житті в цілому залежать не менше від уявлень людини про свої здібності, ніж від самих здібностей. Коли учень говорить: «Я цього ніколи не зможу», це більше відображає його внутрішнє ставлення, ніж саму задачу, яку треба вирішити. Такий учень часто дійсно не досягає успіху, оскільки не має впевненості в своїх силах. Успіх залежить не лише від реальних можливостей, а й від віри в себе, тоді як очікування невдачі лише наближає її [42].

Дослідження вітчизняних психологів показали, що з віком у школярів з низькими результатами навчання виникає тенденція до заниження оцінки своїх можливостей. Часті невдачі, підкріплені низькими оцінками від вчителя, спричиняють зростання невпевненості в собі, відчуття меншовартості та зниження рівня прагнень, які виявляються нижчими за реальні можливості дитини. Експериментальні дослідження підтверджують, що самооцінка та рівень домагань учнів початкових класів значною мірою залежать від оцінок, які вони отримують від вчителя та однокласників. Якщо дитина не

справляється з завданням і отримує низьку оцінку, її мотивація досягнення успіху значно знижується. Спочатку це призводить до емоційного розчарування, яке з часом може перерости в байдужість до негативних оцінок своєї діяльності, що в свою чергу може спричинити зміни в ціннісних орієнтаціях особистості [19; 29, с.77].

Дослідження Ю. Бабаян та Н. Тимченко показали, що існує певний зв'язок між самооцінкою учнів і їхніми успіхами в навчанні. Вчені виявили, що самооцінка учнів залежить від того, як вони оцінюють свої досягнення в навчальному процесі та як ставляться до нього загалом. Результати показали, що висока успішність учня сприяє розвитку об'єктивного ставлення до себе, своїх здібностей і навичок у навчанні [1]. З іншого боку, як зазначає А. Стрижак, якщо учень усвідомлює свої сильні та слабкі сторони, це значно покращує ефективність навчального процесу. Завдяки розумінню результатів своєї діяльності, дитина починає сприймати себе як активного учасника цього процесу, що дозволяє їй оцінити власні можливості та якості [36].

Отже, аналіз наукових джерел показує, що самооцінка сприяє розвитку впевненості учня у своїх силах, формує його ставлення до помилок та труднощів у навчальній діяльності. Діти з адекватною самооцінкою відрізняються активністю та бажанням досягати успіхів у навчанні. Натомість учні з низькою самооцінкою часто виявляють невпевненість, тривожність, очікують невдач, не проявляють ініціативи, мають труднощі в навчанні та відчують залежність від зовнішньої допомоги.

Дослідники підкреслюють, що процес формування самооцінки є поступовим і залежить від низки чинників, серед яких оцінка вчителем успіхів учня в навчальній діяльності, порівняння його результатів з досягненнями однокласників. Ефективність цього процесу визначається мотивацією учнів до діяльності, пов'язаної із самооцінкою (О. Безверхий [2], Р. Павелків [30]).

Як підкреслює О. Камінська, успішність у навчальній діяльності закладає основи позитивного «Я-образу», а її тривале зниження - навпаки - здатне викликати тривожність, уникнення труднощів та зниження мотивації

до досягнення [17]. Таким чином, академічна успішність у молодшому шкільному віці має не лише когнітивний, але й глибокий емоційно-мотиваційний вплив на особистість дитини.

Отже, результати теоретичного аналізу літературних джерел дозволяють зробити висновок, що самооцінка в молодшому шкільному віці формується під впливом значущих дорослих і досвіду навчальної діяльності. Академічна успішність виступає важливим чинником, що не лише відображає рівень засвоєння знань, а й впливає на становлення позитивного «Я-образу» дитини. Виявлення особливостей взаємозв'язку між цими показниками є важливою умовою для розробки ефективних психолого-педагогічних стратегій підтримки розвитку молодших школярів.

Висновок до Розділу 1

Наукові дослідження показують, що самооцінка є складним і багатограним фактором, який суттєво впливає на процеси навчання та розвитку дітей.

Психологічні чинники, що впливають на формування самооцінки в молодшому шкільному віці, охоплюють кілька важливих аспектів. Одним з них є розвиток пізнавальних здібностей, які дають дитині змогу оцінювати свої досягнення і порівнювати їх із результатами однокласників. Велике значення має соціальне оточення, зокрема взаємодія з батьками, вчителями та однолітками, що формує уявлення про себе. Оцінки та реакції дорослих стимулюють розвиток самосвідомості, підвищують рівень самокритичності та здатність до самоаналізу. Водночас, внутрішня мотивація і емоційний досвід впливають на відчуття успіху або невдачі, що безпосередньо формує самооцінку школяра.

Результати теоретичного аналізу літератури дають підстави стверджувати, що самооцінка у молодших школярів формується під впливом значущих дорослих та досвіду навчальної діяльності. Академічна успішність виступає не тільки як показник засвоєння знань, але й як важливий чинник формування позитивного «Я-образу» дитини. Вивчення взаємозв'язку між цими аспектами є необхідним для розробки ефективних психолого-педагогічних стратегій підтримки розвитку учнів молодшого шкільного віку.

Питання взаємозв'язку самооцінки та академічної успішності учнів молодшого шкільного віку потребує подальших емпіричних досліджень. Це дозволить розробити ефективні педагогічні та психологічні стратегії, які сприятимуть покращенню навчальних результатів і розвитку гармонійної особистості учня.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ АКАДЕМІЧНОЇ УСПІШНОСТІ ТА РІВНЯ САМООЦІНКИ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Організація та методологія дослідження взаємозв'язку академічної успішності та рівня самооцінки молодших школярів

У цьому підрозділі представлено організацію та методологію дослідження, спрямованого на вивчення взаємозв'язку між академічною успішністю та рівнем самооцінки учнів молодшого шкільного віку. *Метою* дослідження є встановлення характеру зв'язку між цими двома психологічними феноменами. У рамках дослідження була висунута *гіпотеза* про наявність статистично значущого взаємозв'язку між рівнем академічної успішності молодших школярів та показниками їхньої самооцінки.

Дослідження проводилося на базі закладу Free Point dance school серед учнів молодшого шкільного віку. Участь у дослідженні взяли 28 учнів обох статей, які попередньо надали добровільну згоду на участь за погодженням із батьками. Дослідження відбувалося у три етапи: спочатку було здійснено вивчення рівня самооцінки та успішності учнів (констатувальний етап), далі - аналіз отриманих результатів із застосуванням кількісних та якісних методів (аналітичний етап), і на завершення - узагальнення висновків та формулювання інтерпретації даних (інтерпретаційний етап).

З метою виявлення особливостей самооцінки молодших школярів були використані дві психодіагностичні методики, адаптовані до вікових особливостей цієї категорії дітей. Першою з них є методика «Сходинки самооцінки» В. Щура [21], яка дозволяє виявити загальний рівень самооцінки на основі емоційного сприйняття дитиною самої себе. Ця методика є наочною,

доступною для розуміння учнями молодшого шкільного віку та широко використовується в психологічній практиці. Діти мають змогу інтуїтивно визначити своє положення на умовній шкалі-сходах, що дозволяє досліднику побачити, наскільки дитина почувається впевненою, самодостатньою або, навпаки, вразливою у соціальному середовищі.

Другою методикою стала методика Дембо-Рубінштейна [14], адаптована для дітей молодшого шкільного віку. Вона дозволяє не лише дослідити рівень самооцінки у конкретних сферах життя дитини (зовнішність, навчання, стосунки, характер тощо), а й оцінити рівень домагань, тобто уявлення дитини про бажаний рівень досягнень. Саме ця методика дозволяє побачити, наскільки дитина критично оцінює себе та які цілі ставить перед собою. Такий підхід є надзвичайно цінним, оскільки виявляє як реальну самооцінку, так і внутрішню мотивацію, що особливо важливо у контексті академічної діяльності.

Для оцінювання рівня академічної успішності використовувалися результати навчання за основними предметами (читання, українська мова, математика), отримані за останній семестр. Дані були представлені у вигляді середнього балу за 12-бальною шкалою.

Для обробки емпіричних даних у цьому дослідженні використовувалося програмне забезпечення IBM SPSS Statistics (версія 26.0), яке забезпечує широкий спектр засобів для математико-статистичного аналізу, а також Microsoft Excel, який застосовувався для попереднього впорядкування, візуалізації результатів та створення графіків.

Використання SPSS дозволило здійснити точний кореляційний аналіз (зокрема, обчислення коефіцієнта Спірмена), а також перевірити статистичну значущість відмінностей між групами з різним рівнем самооцінки за допомогою критерію Манна-Уїтні. Такий підхід сприяв підвищенню надійності та валідності інтерпретації отриманих результатів.

Такий комплексний підхід дозволив не лише визначити рівень академічної успішності та самооцінки учнів, а й встановити характер

взаємозв'язку між цими показниками, що стало основою для подальшого теоретичного узагальнення результатів.

Отже, у цьому підрозділі було докладно висвітлено організаційні та методологічні засади проведеного дослідження, спрямованого на вивчення взаємозв'язку між академічною успішністю та рівнем самооцінки учнів молодшого шкільного віку. Описано основну мету, гіпотезу, етапи дослідження, а також характеристику вибірки. Обґрунтовано доцільність використання психодіагностичних методик «Сходишки самооцінки» В. Щура та методики Дембо–Рубінштейна, які відповідають віковим особливостям дітей молодшого шкільного віку та забезпечують комплексне уявлення про особливості їхнього самосприйняття та рівень домагань.

Здійснення статистичного аналізу за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics і Microsoft Excel забезпечило точність, надійність та валідність обробки отриманих результатів. Усе це створює ґрунт для подальшого аналізу емпіричних даних та формулювання науково обґрунтованих висновків щодо взаємозв'язку між досліджуваними показниками.

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

У дослідженні взяли участь 28 учнів молодшого шкільного віку (2–4 класи), з них 5 хлопчиків та 23 дівчаток. Для вивчення особливостей самооцінки було застосовано методики «Сходишки самооцінки» В. Щура та Дембо-Рубінштейна, а для оцінки академічної успішності – середній бал з трьох основних предметів (українська мова, читання, математика) за останній семестр.

Проаналізуємо рівень самооцінки за методикою «Сходишки самооцінки». Респонденти мали обрати одну зі сходинок (від 1 до 10), яка, на

їхню думку, найбільше відповідає їхньому самосприянню. Отримані результати подано в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Рівень самооцінки учасників за методикою «Сходишки самооцінки»

Рівень самооцінки	Кількість учнів	Відсоток
Низький (1–4 сходинка)	6	21,4%
Середній (5–7 сходинка)	15	53,6%
Високий (8–10 сходинка)	7	25,0%

Аналіз даних, представлених у таблиці 2.1, засвідчує, що більшість учнів молодшого шкільного віку демонструють середній рівень академічної успішності, що може свідчити про задовільну адаптацію до навчального процесу та засвоєння програмного матеріалу відповідно до вікових норм. Четверть школярів мають високий рівень успішності, що вказує на наявність позитивної навчальної мотивації та, ймовірно, сприятливих зовнішніх і внутрішніх чинників. Натомість низький рівень успішності спостерігається у порівняно меншій частині вибірки, що потребує подальшої психолого-педагогічної уваги.

Разом із цим, результати оцінювання рівня самооцінки також дозволяють окреслити загальні тенденції емоційного самосприянтя учнів. Згідно з таблицею 2.1, понад половина молодших школярів (53,6%) мають середній рівень самооцінки, що свідчить про загалом стабільне та збалансоване емоційне ставлення до себе. Водночас майже чверть учнів виявляють занижену самооцінку, що може бути чинником, який знижує рівень навчальної мотивації, послаблює віру в успіх та ускладнює соціальну адаптацію в шкільному середовищі.

Щоб наочно продемонструвати співвідношення між кількістю учнів у кожній з категорій рівня успішності, звернемося до рис. 2.1., на якому представлена стовпчикова діаграма. Вона дозволяє краще візуалізувати

розподіл учнів за рівнем академічних досягнень та швидше оцінити, яка з груп є домінуючою.

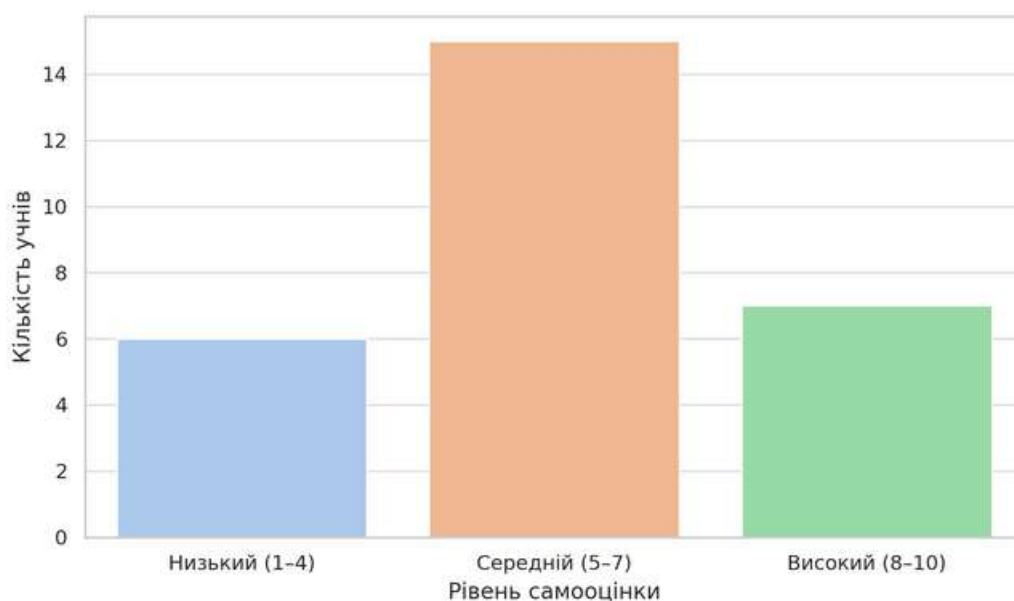


Рис.2.1. Рівень самооцінки учнів (методика В. Щура)

Таким чином, отримані результати дають змогу зробити припущення про взаємозв'язок між рівнем самооцінки та академічною успішністю учнів, що обґрунтовує доцільність подальшого кореляційного аналізу.

Далі розглянемо результати, отримані за допомогою методики Дембо-Рубінштейна. Методика дозволила оцінити не лише рівень самооцінки в різних сферах, але й розрив між реальним «Я» і рівнем домагань. Результати представлено у балах за 100-бальною шкалою в табл.2.2.

Таблиця 2.2

**Середні показники самооцінки та рівня домагань у різних сферах
(за методикою Дембо-Рубінштейна)**

Сфера	Реальна самооцінка	Рівень домагань	Розрив
Навчальна діяльність	61,4	84,3	22,9
Поведінка	66,7	87,1	20,4
Зовнішність	73,2	79,5	6,3
Стосунки з однолітками	70,9	83,6	12,7

Як видно з табл.2.2, найбільший розрив між реальною самооцінкою та рівнем домагань спостерігається у сфері навчальної діяльності, що свідчить про підвищені вимоги до себе, а можливо, і про переживання щодо власних академічних результатів. Для наочності результати представлено у вигляді стовпчикової діаграми, яка ілюструє розподіл показників самооцінки та рівня домагань серед учасників дослідження за методикою Дембо-Рубінштейна (рис.2.2).

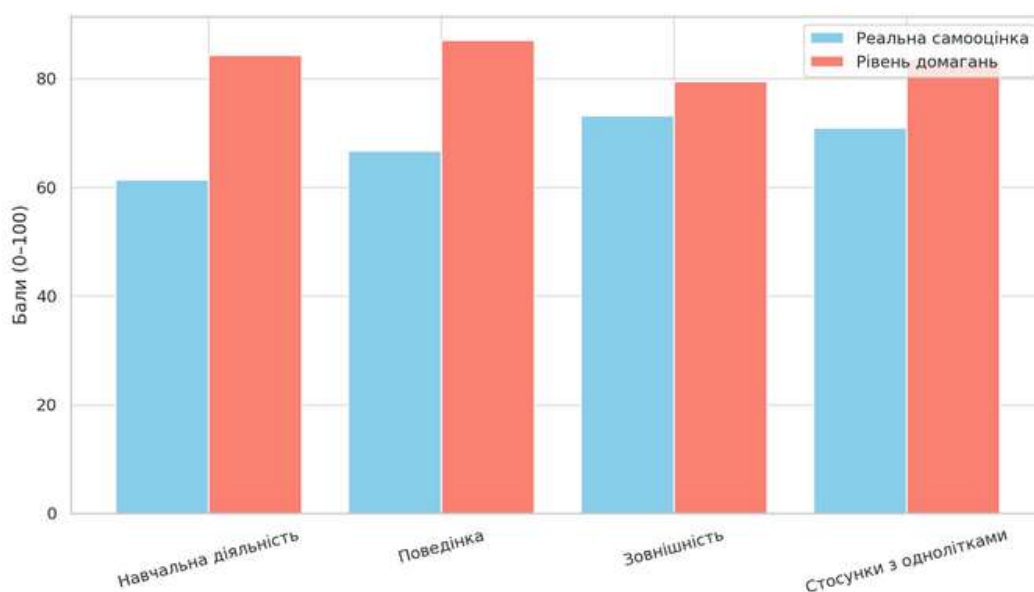


Рис. 2.2. Самооцінка та рівень домагань за сферами (методика Дембо-Рубінштейна)

Перейдемо до розгляду рівня академічної успішності респондентів. Академічна успішність визначалася як середній бал з основних предметів (читання, українська мова, математика). Результати були згруповані в три рівні (табл.2.3):

Таблиця 2.3

Рівень академічної успішності молодших школярів

Рівень успішності	Діапазон середнього балу	Кількість учнів	Відсоток
Низький	5,0 – 7,4	5	17,9%
Середній	7,5 – 9,4	16	57,1%
Високий	9,5 – 12,0	7	25,0%

Як видно з табл. 2.3, більшість молодших школярів мають середній рівень академічної успішності, що є типовим для цього віку та свідчить про загальну адаптацію до навчального процесу. Частка учнів з високим рівнем успішності є досить значною (чверть вибірки), що може свідчити про ефективність освітнього середовища або наявність індивідуальних особливостей, сприятливих для навчання. Низький рівень успішності має менше ніж п'ята частина учнів, що також заслуговує на увагу з боку вчителів і психологів для подальшого вивчення причин і надання підтримки.

Таким чином, таблиця відображає не лише кількісний розподіл учнів, а й є основою для подальшого аналізу факторів, що впливають на академічну успішність у молодшому шкільному віці.

Для перевірки взаємозв'язку між рівнем самооцінки (за методикою Щура) та академічною успішністю було використано ранговий коефіцієнт кореляції Спірмена.

Отримано наступні результати:

$$r = 0,58, p < 0,01$$

Отримані результати вказують на помірно сильний прямий кореляційний зв'язок між рівнем самооцінки та академічною успішністю: діти з вищою самооцінкою зазвичай демонструють кращі навчальні результати.

Окрім того, аналіз рівня домагань за методикою Дембо-Рубінштейна виявив, що у дітей із високим рівнем успішності спостерігається значно менший розрив між реальним «Я» та бажаним, ніж у дітей з низькими результатами. Це свідчить про кращу адекватність самооцінки та вищу внутрішню мотивацію в успішних учнів.

У процесі дослідження також було здійснено перевірку статистичної значущості відмінностей в академічній успішності між учнями з різними рівнями самооцінки. Для цього застосовано U-критерій Манна-Уїтні, що дозволяє визначити, чи є різниця між двома незалежними вибірками - у

нашому випадку між учнями з низьким та високим рівнем самооцінки (визначеним за методикою В. Щура). Результати представлено в табл. 2.4.

Як видно з табл. 2.4, отримані результати свідчать про наявність статистично значущих відмінностей в академічній успішності між учнями з низькою та високою самооцінкою. Учні з високим рівнем самооцінки демонструють значно вищі показники академічної успішності, порівняно з учнями, чия самооцінка є низькою.

Таблиця 2.4

Результати критерію Манна–Уїтні для порівняння академічної успішності між учнями з низькою та високою самооцінкою

Порівнювані групи	U-критерій	p-значення	Висновок
Низька vs Висока самооцінка	7,0	0,002	Статистично значуща різниця ($p < 0,01$)

Отримане p-значення (0,002) є меншим за порогове значення 0,01, що дає підстави стверджувати про наявність статистично значущої різниці між групами. Такий висновок підтверджує гіпотезу про позитивний вплив адекватної та високої самооцінки на навчальну діяльність молодших школярів.

Таким чином, отримані дані дозволяють зробити висновок, що рівень самооцінки є важливим психологічним чинником, який пов'язаний із академічними досягненнями дітей молодшого шкільного віку. Діти, які позитивно сприймають себе, виявляють вищу впевненість, що, у свою чергу, позитивно впливає на навчальну активність, ініціативність та загальний рівень мотивації. Водночас занижена самооцінка, особливо у сфері навчальної діяльності, може призводити до зниження результативності через внутрішні сумніви, тривожність та уникання складних завдань.

Таким чином, результати дослідження підтверджують висунуту гіпотезу про наявність статистично значущого зв'язку між академічною успішністю та рівнем самооцінки молодших школярів.

Висновок до Розділу 2

Проведене дослідження дало змогу всебічно проаналізувати взаємозв'язок між академічною успішністю та рівнем самооцінки учнів молодшого шкільного віку, спираючись на науково обґрунтовану методологію та емпіричні дані. Встановлено, що більшість молодших школярів мають середній рівень як успішності, так і самооцінки, що свідчить про відносну емоційну стабільність та адаптацію до навчального середовища на цьому етапі розвитку. Разом з тим, у вибірці виявлено певну частку дітей із заниженою самооцінкою, що потенційно може негативно позначатися на їхніх навчальних результатах та психологічному самопочутті.

Аналіз отриманих результатів показав, що учні з вищим рівнем самооцінки мають схильність до кращої академічної успішності, що може бути зумовлено вищою впевненістю в собі, більшою навчальною мотивацією та готовністю долати труднощі. Натомість занижена самооцінка у молодших школярів часто супроводжується низькою вірою у власні сили, підвищеним рівнем тривожності та униканням ситуацій, пов'язаних із інтелектуальними викликами, що, відповідно, знижує якість навчальної діяльності.

Використання валідних і надійних психодіагностичних методик – методики «Сходишки самооцінки» В. Щура та адаптованої методики Дембо-Рубінштейна – дозволило отримати цілісну картину емоційного самосприйняття учнів та їх уявлень про себе у різних сферах життя. Застосування сучасного статистичного програмного забезпечення (IBM SPSS Statistics) забезпечило об'єктивність аналізу даних та підтвердження статистично значущого зв'язку між досліджуваними показниками.

Таким чином, результати дослідження підтвердили висунуту гіпотезу про наявність позитивного взаємозв'язку між рівнем самооцінки та академічною успішністю учнів молодшого шкільного віку. Це свідчить про необхідність урахування психологічного компоненту в освітньому процесі, а

також актуальність впровадження психопрофілактичних і розвивальних програм, спрямованих на підтримку й формування адекватної самооцінки дітей молодшого шкільного віку.

РОЗДІЛ 3

ПРОГРАМА КОРЕКЦІЇ РІВНЯ САМООЦІНКИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

3.1. Обґрунтування доцільності розробки корекційної програми підвищення самооцінки у молодших школярів з метою підвищення академічної успішності

Формування адекватної самооцінки у дітей молодшого шкільного віку є важливою умовою їхнього гармонійного розвитку, соціалізації та академічного успіху. Самооцінка визначає, наскільки дитина вірить у свої можливості, як вона оцінює свої досягнення та реагує на труднощі. У молодшому шкільному віці відбувається інтенсивне становлення особистості, формування образу «Я», що робить цей період чутливим до впливу соціальних і педагогічних факторів.

Дослідження О. Коробко та С. Коробко показують, що низький рівень самооцінки часто супроводжується високим рівнем тривожності, зниженням мотивації до навчання та уникненням інтелектуальних викликів. Натомість позитивна самооцінка сприяє впевненості у власних силах, самостійності та наполегливості у досягненні навчальних цілей [34]. У цьому контексті виникає потреба в цілеспрямованій психолого-педагогічній роботі, спрямованій на розвиток позитивного образу себе як учня, що є важливим чинником академічної успішності.

Психологи С. Максименко, Н. Панасенко, С. Підлісна підкреслювали значення самооцінки для особистісного розвитку дитини. Самооцінка формується на основі досвіду взаємодії з дорослими й однолітками, а також на основі рефлексії навчальних досягнень [25].

Академічна успішність молодших школярів залежить не лише від інтелектуальних здібностей, а й від соціально-психологічних факторів, серед яких провідне місце належить самооцінці. У дослідженнях Г. Кіцун доведено, що учні з адекватною або завищеною самооцінкою демонструють вищий рівень мотивації до навчання, краще справляються з труднощами, більш схильні до саморегуляції та постановки навчальних цілей [18].

Таким чином, розробка та впровадження корекційної програми, спрямованої на розвиток позитивної самооцінки, є обґрунтованим і перспективним напрямом психолого-педагогічної діяльності у початковій школі.

У практиці роботи шкіл часто спостерігаються випадки низької самооцінки у молодших школярів, що проявляється у уникненні відповідей, страху зробити помилку, зниженій участі у класній діяльності, відсутності віри у власні сили. Такі діти частіше демонструють нижчі навчальні результати, що лише посилює негативне уявлення про себе. Відсутність системної підтримки в цій сфері призводить до закріплення неадекватної самооцінки та формування неуспішного стилю навчальної поведінки.

Існуючі загальноосвітні програми лише побічно торкаються питань формування самооцінки, натомість потреба в цілеспрямованій психокорекційній роботі є очевидною. Це зумовлює необхідність створення ефективної програми, яка б сприяла розвитку у дітей віри у власні можливості, формуванню стійкого позитивного образу себе як учня, підвищенню мотивації до навчання.

Метою розробки програми є створення умов для цілеспрямованої корекції й розвитку самооцінки у молодших школярів з урахуванням їхніх вікових особливостей, соціального досвіду та індивідуальних потреб. Програма передбачатиме використання ігрових, арт-терапевтичних, рефлексивних і групових форм роботи, спрямованих на формування позитивного уявлення про себе, розвиток навичок саморефлексії та адекватної оцінки своїх досягнень.

Запровадження корекційної програми має сприяти:

- підвищенню рівня загальної та навчальної самооцінки;
- зменшенню рівня шкільної тривожності;
- посиленню мотивації до навчальної діяльності;
- поліпшенню академічних результатів;
- розвитку емоційної стабільності та впевненості у власних силах.

Таким чином, доцільність розробки та впровадження корекційної програми підвищення самооцінки у молодших школярів з метою підвищення академічної успішності зумовлена актуальністю проблеми, її теоретичним підґрунтям, а також очевидною потребою практики загальної середньої освіти.

3.2. Представлення корекційної програми підвищення самооцінки у молодших школярів

Розроблена корекційна програма «Я - унікальний і цінний!» спрямована на формування в молодших школярів позитивної, адекватної самооцінки як одного з ключових чинників їхнього особистісного розвитку та навчальної успішності. Потреба в такій програмі обумовлена результатами теоретичного аналізу, а також практичними спостереженнями за труднощами, які виникають у дітей цієї вікової групи в процесі адаптації до шкільного життя, самосприйняття, взаємодії з однолітками й дорослими.

Повний текст корекційної програми представлено в Додатку А.

Основна ідея програми полягає в тому, що підвищення самооцінки учнів можливе через розвиток у них усвідомлення власної унікальності, пізнання себе, набуття досвіду емоційної регуляції, позитивного самоствердження та продуктивної міжособистісної взаємодії.

Програма враховує вікові психологічні особливості молодших школярів: високу емоційність, схильність до ігрової діяльності, потребу в

схваленні та підтримці, конкретність мислення, чутливість до оцінки дорослого. Її структура побудована за принципом поступового занурення учасників у процес самопізнання, розвитку емоційної свідомості та формування позитивного образу «Я».

Метою програми є розвиток у молодших школярів позитивної самооцінки, впевненості у власних силах, усвідомлення своїх сильних сторін, набуття навичок самопідтримки та емоційної регуляції з метою покращення академічної успішності та емоційного благополуччя.

На основі мети програми було сформовано наступні завдання програми:

- ознайомити учнів з поняттям самооцінки та її роллю в житті;
- сприяти усвідомленню власної унікальності та особистісних ресурсів;
- навчити розрізняти події та власні емоційні реакції на них;
- сформувати навички позитивного самоствердження;
- розвинути здатність до саморефлексії та самопідтримки;
- створити позитивний досвід соціальної взаємодії у групі;
- підвищити віру учнів у власні можливості щодо навчання та досягнень.

Програма передбачає проведення 7 занять (кожне по 40 хвилин), що охоплюють основні аспекти становлення самооцінки: самопізнання, емоційна грамотність, позитивна комунікація, самоутвердження, рефлексія змін.

Кожне заняття має свою тему, мету, набір вправ і передбачає використання активних методів: ігрових форм, арт-терапії, тілесно-орієнтованих вправ, групових обговорень, рольових ігор.

Заняття проходили у груповій формі. З дітьми, які виявляли ознаки психологічної вразливості або мали труднощі в участі у груповій роботі, застосовувалися елементи індивідуальної психотерапії. У ході роботи враховувалися не лише прояви самооцінки, а й загальний емоційний стан учнів, їхня потреба в підтримці, увазі, прийнятті.

Першим заняттям стало установче - «Я - це Я!», яке включало вправи на знайомство, створення безпечної атмосфери в групі та ознайомлення дітей із поняттям самооцінки. Учасники працювали з автопортретом, висловлювали

свої асоціації з власним ім'ям, спілкувалися про те, чим вони унікальні. Було закладено основу довіри, відкритості та прийняття в групі.

Подальші заняття мали чітко визначену тематику, спрямовану на поступове поглиблення самопізнання та розвиток особистісних ресурсів.

Друге заняття - «Мої сильні сторони» - було орієнтоване на усвідомлення учнями своїх позитивних рис, умінь, досягнень. Завдяки вправам діти вчилися фокусуватись на власних успіхах, а не на помилках. Зокрема, в грі «Мій портрет у променях сонця» учасники створюють візуальне уявлення про свої переваги, що сприяє зміцненню самооцінки. Завдання на завершення незакінчених речень (наприклад: «Я хочу...», «Я вмію...», «Я зможу...») дає змогу актуалізувати внутрішні ресурси дитини, а також підвищити впевненість у власних можливостях. Програма передбачає створення позитивного емоційного тла через емоційно-комунікативні ігри («Чарівне слово», «Паровозик», «Я не такий, як всі, і всі ми різні»), які сприяють формуванню прийняття та емпатії.

Третє заняття має на меті розвиток навичок міжособистісної взаємодії, усвідомлення цінності власного оточення та важливості соціальної підтримки. Через гру «Значимі люди» учасники мають змогу переосмислити роль важливих осіб у своєму житті та емоційно відреагувати власні почуття до них. Управа «Комплімент» сприяє формуванню навичок позитивної комунікації, відкритості та вміння бачити добро в іншому, що опосередковано підвищує й власну самооцінку через соціальне дзеркало.

Четверте заняття орієнтоване на розвиток самоусвідомлення, емоційної рефлексії та глибшого розуміння власного внутрішнього світу. Через емоційно-рефлексивну вправу «Продовж речення» (наприклад: «Мені добре, коли...», «Я сумую, коли...» тощо) діти навчаються розпізнавати та вербалізувати свої почуття. Управа «Мій настрій» формує навичку самооцінювання емоційного стану, що є важливою передумовою емоційної грамотності. Також використано проєктивну техніку «Сонце», що дозволяє

дитині зосередитись на позитивних рисах і підтримати позитивну Я-концепцію.

Наступні заняття поступово переходили до роботи з емоціями та переконаннями. Під час обговорення вправ з'ясувалося, що за однакових обставин різні діти відчують різні емоції - що дало змогу зробити висновок: почуття є реакцією не лише на саму подію, а й на те, як ми її сприймаємо.

Це сприяло формуванню у дітей розуміння природи емоцій, їх зв'язку з переконаннями, ставленням до себе, а також дало поштовх до переоцінки звичних установок і внутрішніх самозвинувачень.

Упродовж програми також реалізовувалися вправи з тілесно-орієнтованої терапії, техніки релаксації, рольові ігри, психодраматичні елементи. Значна увага приділялася розвитку навичок спілкування, емпатії, підтримки одне одного.

Кожне заняття завершується підведенням підсумків, коротким рефлексивним обговоренням та прощальним ритуалом (наприклад, «коло посмішок»), що сприяє закріпленню позитивного емоційного досвіду. Завершальне заняття було підсумковим. Кожен учасник мав змогу висловити, що саме йому дала участь у програмі, що нового він дізнався про себе та про інших. Цей досвід сприяв формуванню впевненості у власних силах, розвитку соціальних зв'язків та завершенню корекційної роботи на позитивній ноті.

Загалом, програма побудована за принципом поступового переходу від зовнішньої комунікації до внутрішнього самоусвідомлення, що є ефективною стратегією в роботі з молодшими школярами, які лише формують уявлення про себе як унікальну особистість.

Таким чином, розроблена тренінгова програма спрямована на комплексний розвиток особистісних ресурсів дітей молодшого шкільного віку, зокрема впевненості в собі, позитивної самооцінки, навичок самопізнання та соціальної взаємодії. Її структура передбачає логічну послідовність занять - від формування безпечного емоційного середовища та налагодження міжособистісного контакту до поглибленої роботи із

внутрішнім світом дитини. Використання інтерактивних методів, ігор, творчих і рефлексивних вправ відповідає віковим особливостям учасників, забезпечує емоційну залученість та сприяє ефективному засвоєнню ціннісних орієнтирів. Практична реалізація цієї програми дозволяє не лише підвищити рівень самоусвідомлення дитини, а й закласти основу для подальшого психологічного розвитку та соціального функціонування в шкільному середовищі.

Висновок до Розділу 3

Необхідність створення та впровадження корекційної програми, спрямованої на підвищення самооцінки молодших школярів, зумовлена актуальністю зазначеної проблеми, її глибоким теоретичним підґрунтям, а також запитом з боку сучасної практики загальної середньої освіти.

Запропонована тренінгова програма орієнтована на всебічне зміцнення особистісних якостей дітей молодшого шкільного віку, зокрема розвиток упевненості в собі, формування позитивного образу «Я», покращення навичок самопізнання та соціальної взаємодії. Її побудова базується на поетапному розгортанні змісту: від створення доброзичливої, підтримувальної атмосфери в групі до усвідомлення власних емоцій, потреб і цінностей.

Застосування активних форм роботи - ігрових, творчих та рефлексивних вправ - враховує вікові особливості дітей, сприяє залученню до процесу навчання та емоційно-психологічному зростанню. Реалізація програми в освітньому середовищі відкриває можливості не лише для посилення особистісного потенціалу школярів, а й для формування основ їх успішної навчальної діяльності та гармонійної соціалізації.

ВИСНОВКИ

Наукові дослідження свідчать про те, що самооцінка є складним психологічним утворенням, яке істотно впливає на пізнавальні процеси, навчальну мотивацію та загальний розвиток дитини.

Формування самооцінки у молодшому шкільному віці залежить від сукупності психологічних чинників. Зокрема, важливу роль відіграє розвиток пізнавальних функцій, що дозволяє учням осмислювати власні досягнення й порівнювати їх із результатами однолітків. Водночас соціальне середовище – взаємодія з батьками, вчителями та ровесниками – виступає визначальним фактором формування образу «Я». Саме оцінні судження та реакції значущих дорослих активізують розвиток самосвідомості, підвищують здатність до самоаналізу та самокритики. Додатково, внутрішня мотивація та емоційні переживання зумовлюють відчуття успіху або невдачі, що прямо впливає на становлення самооцінки.

Теоретичний аналіз наукових джерел дозволив дійти висновку, що рівень самооцінки молодших школярів значною мірою залежить від впливу дорослих і досвіду, отриманого в процесі навчання. Академічна успішність, у цьому контексті, є не лише показником засвоєних знань, а й чинником, що сприяє формуванню позитивного образу себе. Дослідження взаємозв'язку між рівнем самооцінки та навчальними досягненнями є важливою умовою для створення ефективних психолого-педагогічних підходів до підтримки розвитку дитини в освітньому середовищі.

Актуальність дослідження зазначеної проблематики обумовлює необхідність подальших емпіричних вивчень, що дозволять удосконалити практичні стратегії підтримки учнів у шкільному середовищі, зокрема у контексті гармонійного розвитку особистості та покращення результатів навчання.

Проведене емпіричне дослідження надало можливість всебічно проаналізувати взаємозв'язок між академічною успішністю та рівнем самооцінки молодших школярів. Використання науково обґрунтованої методики дослідження дозволило отримати достовірні результати, які засвідчили, що більшість учасників дослідження мають середній рівень як академічної успішності, так і самооцінки. Це свідчить про певну адаптацію дітей до умов шкільного навчання та емоційну стабільність.

Разом з тим, у частини учнів зафіксовано занижену самооцінку, що потенційно може ускладнювати процес навчання та негативно впливати на емоційне благополуччя дитини. Аналіз результатів показав наявність тенденції до вищої навчальної успішності в дітей із позитивною самооцінкою, що, ймовірно, пов'язано з більшою впевненістю у власних силах, вищим рівнем мотивації до навчання та здатністю долати труднощі. Натомість низька самооцінка часто супроводжується високим рівнем тривожності, униканням навчальних викликів та зниженими результатами освітньої діяльності.

Застосовані у дослідженні психодіагностичні інструменти - методика «Сходи самооцінки» В. Щура та адаптована методика Дембо-Рубінштейна - забезпечили цілісне уявлення про рівень самооцінки учнів та їхнє емоційне ставлення до себе. Аналіз даних за допомогою сучасного статистичного програмного забезпечення (IBM SPSS Statistics) підтвердив статистично значущу залежність між рівнем самооцінки та академічною успішністю.

Результати дослідження підтверджують гіпотезу про наявність позитивного взаємозв'язку між рівнем самооцінки та навчальними досягненнями в молодшому шкільному віці. Це свідчить про важливість урахування психологічних чинників у процесі навчання та потребу в реалізації профілактичних і розвивальних програм, які сприятимуть формуванню адекватної самооцінки у дітей.

Розроблена тренінгова програма, спрямована на підвищення самооцінки молодших школярів, є відповіддю на запит сучасної освітньої практики. Вона має на меті формування впевненості в собі, позитивного «Я-образу», розвиток

навичок самопізнання та конструктивної взаємодії з оточенням. Програма реалізується у логічно побудованій послідовності - від створення безпечного і доброзичливого емоційного середовища до глибшого усвідомлення власних почуттів, цінностей і можливостей.

Залучення дітей до активних форм роботи - творчих, ігрових, рефлексивних - враховує вікові особливості учасників та забезпечує емоційну залученість у процес. Упровадження такої програми в освітній процес відкриває нові можливості для формування особистісного потенціалу учнів, підвищення ефективності навчання та сприяє гармонійній соціалізації молодших школярів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабаян Ю.О., Тимченко Н.А. Особливості формування самооцінки молодшого школяра. *Психологічні науки*. 2012. Вип. 2. С. 25-30.
2. Безверхий О. С. Розвиток моральної саморегуляції у молодшому шкільному віці: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.07 «Вікова і педагогічна психологія» / О.С. Безверхий. Вінниця, 2020. 20 с.
3. Бех І. Д. Почуття гідності у духовному розвитку особистості. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. Київ, 2008. № 12. С. 5–18.
4. Бех І. 100 ключів виховного успіху : наук.-метод. посіб. *Шкільний світ*. 2009. №21–23 (Червень). 148 с.
5. Боришевський М. Виховання самоконтролю в поведінці учнів початкових класів. Київ: Рад. школа, 1980. 143 с.
6. Боровинська І. Є. До психологічного розуміння понять «успіх», «успішність», «життєвий успіх», «життєва успішність». *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : психологічні науки*. 2017. Вип. 3(2). С. 142–148.
7. Боярчук М. В. Психологія навчання молодших школярів. Харків: Фоліо, 2015. 280 с.
8. Варгата О.В., Міхеєва Л.В. Психологічні особливості формування самооцінки молодших школярів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 61. Т. 1. С. 70-74.
9. Варій М. С. Загальна психологія : підручник для студентів психологічних і педагогічних спеціальностей. Міністерство освіти і науки України, Львівський державний університет внутрішніх справ. 2-е вид., випр. і доп... Центр учбової літератури. Львів, 2017. 367 с.

10. Ващенко І., Ананова І.. Особистість і життєві ситуації у концептуальному просторі психологічної науки. *Проблеми сучасної психології*, Київ. 2019. № 46. С. 59–87.

11. Гаврилова Н. А. Формування самооцінки у дітей молодшого шкільного віку: психологічний аспект. *Психологічний журнал*, 9(2). 2018. 45-53 с.

12. Галян І. М. Ціннісні орієнтації як детермінанти розвитку моральної активності та морального самоудосконалення особистості. Моральна свідомість та самосвідомість особистості: монографія / за ред. проф. М. В. Савчина, доц. І. М. Галяна. Дрогобич, 2019. С. 209–215.

13. Губарева Д. В. Формування основ соціальної компетентності у молодших школярів засобами проєктної діяльності : дис. ... д-ра філософії в галузі педагогіки : 011.01 / Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2021. 355 с.

14. Дячук П.В. Формування самооцінки молодших школярів у навчальній діяльності : монографія. Умань: П.П. Жовтий О.О., 2016. 210с5.

15. Жигалкіна-Лебедева Н. В. Основні детермінанти психологічного здоров'я особистості. Київ, 2016. № 17. С. 144–149.

16. Заскалько О. М. Особливості розвитку самооцінки у молодших школярів та підлітків із заїканням. *Формування життєвої компетентності осіб з особливими освітніми потребами в системі позашкільної, спеціальної та інклюзивної освіти: зб. наук. пр. Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди*. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2023. С. 382–386. URI: <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/10878>

17. Камінська О. В. Детермінанти виникнення низької самооцінки в молодшому шкільному віці. *Теорія і практика сучасної психології*. Київ, 2020. №1. С 34–38.

18. Кіцун Г. Роль самооцінки учнів у навчанні та стосунках з однолітками. *Психолог. Шкільний світ*. Київ, 2019. №34. С. 13–14.

19. Клибанівська Т.М. Теоретичні аспекти дослідження самосвідомості особистості. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України*. 2019. Т. 1.С. 37-42.
20. Коляденко С. Самооцінка як фактор становлення особистості. *Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації : матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції*. 2021. Вип. 70. С. 199-201.
21. Коробко С. Л., Коробко О. І. Нова українська школа: діагностична та корекційно-розвивальна робота з молодшими школярами : навч.-метод. посіб. Київ : Літера ЛТД, 2021. 160 с.
22. Костюк Г. С. Психологія розвитку особистості в дитячому віці. Київ: Видавництво Академії педагогічних наук УРСР, 1969. 320 с.
23. Кочарян А. С. Психологічні програми для розвитку самооцінки у дітей. *Психологія в школі*. 15(3). 2020. С. 64-72.
24. Кочерга О.В. // Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] НАН України, НТШ. Київ : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2019. Режим доступу : <https://esu.com.ua/article-69054>
25. Максименко С. Д., Панасенко Н. М., Підлісна С. В. Психологічні ігри як засіб інтерактивного навчання у початковій школі : метод. посіб. / ред. С. Д. Максименка. Київ : Деоніс, 2020. 78 с.
26. Митник О. Я., Стрижак А. Є. Психолого-педагогічні умови формування соціальної успішності молодших школярів/ок у процесі навчання. *Електронний фаховий журнал «Технології розвитку інтелекту»*. 2021. Т. 5, № 2 (30).
27. Москаленко Л. С. Психологічні умови становлення соціального статусу молодшого школяра.: дис. ... канд. психол. наук :19.00.07 / Ін-т психол. ім. Г. С. Костюка. Київ, 2016. 183 с.
28. Мунтян А. Інтерактивні технології розвитку соціальної успішності першокласника. Ізмаїльський Державний Гуманітарний Університет. URL: <http://dspace.idgu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/1840>

29. Ніколаєнко Л. В. Психологічні основи академічної успішності молодших школярів. Київ: Кондор, 2017. 290 с.
30. Павелків Р. В. Феноменологія морального розвитку особистості: детермінація, механізми, генезис: монографія. Волинські обереги. Рівне, 2014. 368 с.
31. Папітченко Л. Теоретичний аналіз проблеми значущості самооцінки в структурі гідності особистості. *Науковий часопис імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2020. Вип. 12 (57). С. 79-89.
32. Савчин М.В., Василенко М.В. Вікова психологія: навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2006. 360 с.
33. Сівак А. В. Створення ситуації успіху на уроці в початковій школі. *Таврійський вісник освіти*. 2016. № 2. С. 147–153.
34. Сидоренко О. Практикум з вікової та педагогічної психології : навч. посібник для студентів подвійних спеціальностей з психологією. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2018. 262 с.
35. Стрижак А. Є. Психологічна програма формування соціальної успішності молодших школярів у навчанні: зміст і процес реалізації. *Наукові перспективи. Серія «Психологія»*. 2023. № 7 (37). С. 694-710. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-7\(37\)-694-710](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2023-7(37)-694-710).
36. Стрижак А.Є. Формування соціальної успішності молодших школярів у процесі навчання: дис. на здобуття наук. ступеня вищої освіти доктора філософії з галузі знань 05 – соціальні та поведінкові науки, спеціальність 053 – психологія. Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Міністерство освіти і науки. Київ, 2023.
37. Штифурак В.С., Гринькова Л.М., Гринькова О.Ю. Психологічні умови формування адекватної самооцінки у молодших школярів. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблем* : колективна монографія. 2018. Вип. 52. С. 125-128.

38. Еріксон Е. Х. *Childhood and Society*. New York: W.W. Norton & Company. 1950.

39. Lewin K. *Frontiers in Group Dynamics: Concept, Method and Reality in Social Science ; Social Equilibria and Social Change*. Human Relations. 1947. June. №1. P. 5–41.

40. Matviienko O., Hubarieva D. Diagnosis of the levels of social competence among elementary school pupils. *Intellectual Archive*. 2021. Vol. 10, No. 2. P. 114–129.

41. Роджерс К. Р. *Client-Centered Therapy: Its Current Practice. Implications and Theory*. Boston: Houghton Mifflin. 1951.

42. Розенберг М. *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press. 1965.

ДОДАТКИ

Додаток А

Корекційна програма підвищення самооцінки у молодших школярів «Я - унікальний і цінний!»

Мета програми - формування в молодших школярів адекватної позитивної самооцінки шляхом розвитку усвідомлення власної унікальності, сильних сторін, формування впевненості у своїх можливостях, навичок саморефлексії та позитивного ставлення до себе.

Заняття 1. «Я - це Я!» (40 хв.)

Мета заняття:

- ознайомити дітей з поняттям «Я» та допомогти їм усвідомити свою унікальність;
- сприяти формуванню позитивного ставлення до себе;
- створити доброзичливу атмосферу в групі, закласти основи для подальшої ефективної групової взаємодії.

Перше, установче заняття включає вправи, спрямовані на усвідомлення дітьми поняття «самооцінка».

1.Вправа «Здрастуйте, я радий познайомитися».

Хід вправи. Кожен учасник на картці-візитці пише своє ім'я фломастером і закріплює на самому видному місці. Потім кожний по колу повинен сказати фразу: «Здрастуйте, я радий з вами познайомитися!». Далі потрібно сказати своє ім'я й кілька слів про себе. Під час знайомства необхідно підкреслити свою індивідуальність, щоб вас запам'ятали.

2. Опрацювання правил поведінки на заняттях.

Хід вправи: Ведучий пропонує правила поведінки на заняттях, особливо підкреслюючи, що ці правила стосуються і його і учасників. Довірливий стиль спілкування:

- З метою встановлення довірливих стосунків будемо звертатися один до одного на «ти».

- Не існують правильних або неправильних відповідей. Правильна відповідь - та, яка насправді виражає твою думку.

3. Гра «Вітри дують на...».

Хід гри: Зі словами «Вітри дують на...» ведучий починає гру.

Щоб учасники гри побільше дізналися один про одного, питання можуть бути наступними:

«Вітер дує на того, у кого світле волосся» - всі світловолосі збираються в одну купку;

«Вітер дує на того, у кого... є сестра», «хто любить тварин», «хто багато плаче», «у кого є друзі» і т.д.

4. Вправа.

Психолог: Ми оточені думками та уявленнями інших людей про те, ким ми є - і ким ми б мали бути. Це батьки, вчителі, друзі, телебачення, книги. Інколи здається, що всі вони кажуть нам різне. Батьки хочуть, щоб ми добре вчилися, друзі у дворі - щоб не сиділи за уроками, а грали.

Кого нам слухатися? Ми заплутаємося і загубимо себе самих.

А ким би самі хотіли бути? Подумайте, ким би ви хотіли бути: у своїй сім'ї... (продовжи речення); у школі, з друзями.

Які б хотіли мати: обличчя, тіло, характер, здібності.

Якщо у вас все не так добре, як хотілося б - це не погано, а цілком нормально. Намалюйте, на якій відстані ви знаходитесь від бажаного результату. Учасники малюють.

Якщо ви дуже далеко, то як себе відчуваєте ?

А на якій саме відстані? Якщо ви далекі від бажаного результату, то ви відчуваєте злість на себе, навіть можете погано про себе думати.

Але те, що люди різні - дуже добре. Інакше було б зовсім нецікаво, на вулиці всі були б як ляльки з однієї крамниці. Усі люди різні. І, на щастя, всі люди постійно змінюються. Якщо ви усвідомите дистанцію між тим, де знаходитесь зараз, і тим, де хочете бути - ви будете знати свою мету для навчання та змін.

5. Закінчення заняття.

Підведення підсумків.

Обговорення: що сподобалось на занятті?

Заняття 2. «Мої сильні сторони» (40 хв.)

Мета заняття: Допомогти учасникам усвідомити свої позитивні якості, здібності та успіхи; розвивати навички самопізнання та самоаналізу; формувати впевненість у собі через фокусування на особистих досягненнях і талантах.

1. Розминка. Гра «Хоровод».

Хід гри: Запропонувати дітям створити коло, взяти один одного за руки й дивитися в очі, посміхаючись.

2. Гра «Складемо історію».

Хід гри: Психолог «Починаємо історію: «Жили-були...», далі кожен учасник продовжує, і так далі по колу. Коли черга знову доходить до ведучого, він спрямовує сюжет історії, загострює його, робить більше осмисленим, і гра триває. Наприкінці проводиться обговорення, чи важко було виконувати завдання, стежити за ходом твору історії.

3. Гра «Чарівне слово».

Хід гри: Ведучий нагадує учасникам про важливість деяких «чарівних слів» і висловлювань типу: спасибі, будь ласка, будьте люб'язні, ви такий чудовий. Учасники по колу повинні привітати один одного, використовуючи ті «чарівні слова», які вони згадали.

4. Гра «Паровозик».

Хід гри: Діти стають один за одним, тримаючись за плечі. Паровозик везе дітей, переборюючи з вагончиками різні перешкоди.

Далі обговорюємо питання власного комфорту при виконанні вправи.

5. Гра «Я не такий, як всі, і всі ми різні».

Хід гри: Дітям пропонується протягом п'яти хвилин за допомогою кольорових олівців намалювати радість. Підкреслюється, що малюнок може бути конкретним, абстрактним, яким завгодно. Після виконання завдання учасники і ведучий, по черзі показують свої малюнки групі, розповідають, що на них намальовано. Діти обмінюються враженнями щодо виконання завдання. Ведучий просить школярів звернути увагу на відмінності в розумінні поняття «радість». Роблять висновок про те, що кожна людина – особлива, неповторна. Тому кожна людина незамінна, і тому важливо, щоб вона відчувала свою цінність.

6. Прощання.

Учасники дарують один одному посмішки.

Заняття 3. «Я і моє оточення» (40 хв.)

Мета: розвиток здатності злагоджено працювати в групі, формування відчуття самоцінності в групі.

1. Гра «Вітання».

Хід гри:

Психолог: «Обмін вітаннями – це обмін людським теплом. Зустрічаючи людину, ми, насамперед, зустрічаємося з нею поглядом і виражаємо в тій або іншій формі, що ми раді існуванню цієї людини, раді, що вона є серед нас. Звичайно, так відбувається, якщо ми щирі у вираженні своїх почуттів. Давайте спробуємо різні форми привітання».

Ведучий підходить до кожного учасника і вони обмінюються різними вітаннями. Це можуть бути рукостискання, обійми, поплескування, захоплені вигуки, тихі багатозначні погляди й ін.

Психолог: «Подумайте, як краще привітати нового партнера, що підходить саме для цієї людини».

Для цього кожен учасник вітає всіх присутніх.

Потім проводиться обговорення того, як кожен учасник почував себе, чи легко було привітати, які почуття він вкладав у своє вітання.

2. Гра «Значимі люди».

Хід гри: Ведучий просить учасників гри розповісти про самих значимих для них людей. Це можуть бути не обов'язково ті, з ким вони постійно спілкуються в цей час, але неодмінно ті, хто для них дорожче за всіх.

Ведучий також розповідає про людей, значимих для нього.

Ведучий просить учасників групи побудувати оповідання за наступною схемою: хто вони; чим значимі для вас, чому є дорогими; так само чи близькі вони йому тепер, якщо мова йде про минуле; хотіли б вони їм що-небудь сказати, подякувати.

3. Вправа «Комплімент».

Хід вправи.

Психолог: Комплімент – люб'язне зауваження на чиюсь адресу, похвала. Але це не лестощі й не глузування. Найчастіше люди роблять компліменти, зважаючи на зовнішність, ділові якості, риси характеру тощо. Робіть компліменти щиро, не забувайте про теплу інтонацію та привітний погляд. Говорімо один одному компліменти!

Почати можна так:

- Я раніше не знав, що ви...
- Чи знаєш ти, що...
- У тебе...
- Я чув...
- Видно, що ти...
- Ти завжди...
- Я люблюся тобою щоразу, коли ти...
- Де тільки ти навчився...

- Із задоволенням повчилася б у тебе...

- Я б хотів так, як ти...

4. Заключне слово ведучого.

Ведучий говорить про те, що це заняття показало про багатство наших можливостей. Тому ми потрібні один одному, кожна людина може досягти в житті успіху й зробити так, щоб близькі люди були радісними і веселими.

Дякую за роботу. До побачення.

Заняття 4. «Мій внутрішній світ» (40 хв.)

Метою заняття - розвиток самоаналізу, роздуми про власний внутрішній світ та здібності.

1. Гра «Мій портрет у променях сонця».

Хід гри: Психолог просить відповістити на запитання: «Чому я заслуговую на повагу?» - у такий спосіб: намалюйте сонце, у центрі сонячного кола напишіть своє ім'я. Потім уздовж променів напишіть свої переваги, все добре, що ви про себе знаєте. Намагайтеся, що б було якомога більше променів. Після виконання завдання учасники по черзі, показуючи свої малюнки, розповідають про свої переваги.

2. Гра «Продовжити».

Хід гри: Дітям пропонується список речень, які треба закінчити, висловлюючи власну думку про те, що про них думають оточуючи:

Мені добре, коли...

Мені сумно, коли...

Я серджуся, коли...

Я боюся, коли...

Я почуваю себе сміливим, коли...

Потім по колу діти зачитують свої речення, і обговорюють відповіді, у яких ситуаціях діти частіше почувають себе добре, коли їм сумно й т. д.

3. Вправа «Мій настрій».

Мета: розвиток рефлексії та вміння фіксувати свій емоційний стан, оцінка емоційного стану.

Хід вправи: кожен з учасників оцінює свій настрій за 12-бальною шкалою, та описує свій стан.

4. Вправа «Продовж речення».

Мета: підвищення впевненості в собі.

Хід вправи: учасникам потрібно продовжити речення:

«Я хочу ...»,

«Я вмію ...»,

«Я зможу ...»,

«Я доб'юся ...».

Пояснити свою відповідь.

5. Вправа «Мій настрій».

Мета: оцінка емоційного стану наприкінці заняття.

Хід вправи: кожен з учасників оцінює свій настрій за 12-бальною шкалою, та описує свій стан.

Заняття 5. «Я вмію, а ти ...» (40 хв.)

Мета: формування адекватної самооцінки, та розвиток комунікативних навичок.

1. Вправа «Я переможець».

Хід вправи: ведучий пропонує всім по колу говорити про те, що вони вміють. Це може бути будь-яка дія, наприклад, дихати або грати в футбол. Можна називати вміння, які вже назвав інша людина. Не можна тільки називати одне і теж своє вміння. Той, хто нічого не назвав, виходить з кола. Хто залишиться, той і переміг.

Однак, ведучому необхідно стежити, щоб ніхто не вийшов з кола і, якщо хтось може назвати вміння, повинен допомогти.

2. Вправа «Поміняйтесь місцями ті, хто ...»

Мета: розвиток комунікативних навичок, підняття рівня самооцінки.

Хід вправи: ведучий називає речення, яке починається словами «Поміняйтесь місцями ті, хто...» і продовжує певну ознаку. Учасники, яким вона підходить міняються місцями.

3. Вправа «Мій дракон, мої недоліки»

Мета: підняття самооцінки, впевненості у собі, та подолання своїх страхів, комплексів.

Хід вправи.

Психолог: В кожного є «свій дракон» - це наші недоліки, які заважають нам жити, але з якими ми примирюємось. Учасникам пропонується намалювати «свого дракона» і назвати його в цілому і кожному голові окремо. Після виконання завдання учасники придумують історію про те, як вони переможуть своїх драконів. Бажаючі можуть об'єднуватись в групи і придумувати загальну історію, але і драконів, і героїв має бути стільки ж, скільки членів групи.

Потім бажаючі розповідають або показують свої історії.

4. Обговорення заняття. Прощання.

Заняття 6. «Маска - хто ти?» (40 хв.)

Метою заняття є пошук особистісних ресурсів, мотивація до самопізнання і саморозвитку, розвиток впевненості в собі.

1. Вправа «Маски тварин і рослин».

Метою цієї вправи є розвиток спонтанності, розкутості, здатності до самопрезентації, самопізнання та самоприйняття.

Для виконання цієї вправи учасникам варто роздати папір А4, олівці, фарби та пензлики, щоб вона не обмежувала свою фантазію та творчість.

Хід вправи:

1. Учасникам пропонується обрати для себе образ тварини чи рослини, яка найбільше відповідає його особистісним якостям.

2. Після цього потрібно запропонувати учасникам власноруч зробити маску, у якій намагатися максимально відобразити зазначені на попередньому етапі характеристики.

3. Учасникам пропонується одягнути маску і максимально ідентифікувати себе з нею (рослино чи твариною): як виглядає, як рухається, як взаємодіє з оточуючим світом. Звернути увагу на емоції і тілесні відчуття, які виникають під час перебування в масці.

4. Обговорення.

2. Техніка «Я-супергерой»

Для виконання вправи знадобиться папір А4, олівці, фарби, пензлики.

Хід вправи:

1. Учасникам пропонується на аркуші паперу намалювати супергероя, на якого він/вона хотів/ла би бути схожим/ою. Це може бути відомий герой з фільмів, книг, мультфільмів або ж придуманий.

2. Обов'язково вказати, якою суперсилою володіє герой/ка, дати йому/їй ім'я.

3. Після завершення творчого процесу малюнки обговорюються.

3. Техніка «Малюнок по колу».

Метою цієї вправи є діагностика та корекція способів реагування дитини на вплив зовнішнього середовища. Вона дасть змогу учасникам навчитись слухати та чути внутрішнє «Я», формувати вміння заявляти про свої потреби та передавати свої стани.

Для виконання цієї вправи необхідні кольорові олівці, аркуш паперу (А4).

Хід вправи:

1. Учасникам пропонується сісти в коло і створити невеликий малюнок, який відображає їх емоції на момент малювання.

2. По закінченню роботи учасники передають свої малюнки по колу, починаючи з сусіда зліва, який щось домальовує на свій розсуд та передає малюнок далі.

3. Робота продовжується до тих пір, поки кожен учасник не лишить свій слід на малюнку кожного у групі.

4. Після виконання вправа обговорюється.

4. *Закінчення заняття.*

Обговорення, що було найцікавішим. Прощання.

Заняття 7. «Шлях героя» (40 хв.)

Метою цього заняття є розкриття та пізнання своєї особистості.

1. Вправа «Мій Всесвіт».

Під час виконання вправи можна увімкнути музику для релаксації.

Хід вправи:

1. Учасникам пропонується намалювати коло в центрі аркуша, всередині кола зобразити планету і підписати її «Я».

2. Простір навколо планети заповнити зірками та кометами.

3. Кожне космічне тіло підписати своїми вподобаннями, якостями, рисами характеру, які їм притаманні.

4. Після цього продемонструвати свої Всесвіти.

5. Учасники зможуть побачити наскільки вони різні, в чому збігаються та відрізняються.

2. Техніка «Особистий герб» (Автор М. Кісельова).

Метою вправи є розвиток самоповаги та саморозуміння, соціальної відкритості.

Учасникам пропонується створити свій власний герб, що відобразатиме їхні бажання, прагнення, цінності.

Після завершення малювання варто обговорити малюнок.

3. Селфі «Я – зірка!»

Вправи сприяє розвитку позитивного самоствавлення і самооцінки.

Для цієї вправи потрібні аркуші паперу, ручки для писання і смартфон.

Хід вправи:

1. Учасникам пропонується в уявити себе у ролі музиканта чи музикантки, актора чи акторки.

2. Вигадати для себе відповідний творчий псевдонім.

3. Зробити селфі до цього псевдоніму, уявляючи, яку саме пісню вони співають на момент роблення селфі чи яку роль грають.

4. Обговорити вправу.

4. Закінчення заняття.

Обговорюємо заняття, участь в програмі: що було цікавим? Що було корисним? Що дізнались нового? Що запам'яталось найбільше? Які відчуття зараз? Які почуття зараз? Який настрій?

Вкінці учасники дарують один одному посмішки.

ЗГОДА здобувача(чки) освіти Державного університету економіки і технологій
про перевірку кваліфікаційної роботи на прояви академічного плагіату
та розміщення в Репозитарії ДУЕТ

Я, *Белоусова Ольга Вадимівна*, підтримую політику Державного університету економіки і технологій з академічної доброчесності і відкритого доступу. Стверджую, що кваліфікаційна бакалаврська робота на тему: «Взаємозв'язок академічної успішності та рівня самооцінки учнів молодшого шкільного віку» виконана самостійно та не містить академічного плагіату. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають покликання на відповідне джерело.

Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Державного університету економіки і технологій ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення норм академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

Також я поінформована, що відповідно до пункту 5.8 «Положення про Репозитарій (електронну базу даних) Державного університету економіки і технологій» згадана робота буде розміщена в Електронному архіві Університету (Репозитарії ДУЕТ) та ознайомена з умовами такого розміщення.

Дата 23.06.2025

