

УДК 001.891-053.6(082)

Ведюк Анастасія Євгенівна

асистент кафедри психології та педагогіки
Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»

СУЧАСНІ МЕТОДИ ДІАГНОСТИКИ САМООЦІНКИ

З огляду на виклики сучасного світу та його виснажений стан, зумовлений когнітивними, психоемоційними й травматичними зовнішніми обставинами, українці тривалий час змушені жити в умовах постійної психологічної напруги. Це суттєво впливає на самосприйняття, рівень домагань та самооцінку особистості. У зв'язку з цим зростає актуальність розробки комплексних психодіагностичних методик дослідження самооцінки, адаптованих українськими науковцями до сучасних реалій.

Виклад основного матеріалу: Самооцінка – це оцінка особистістю самої себе, власних можливостей, якостей і свого місця серед інших людей. Вона є важливим регулятором поведінки, що визначає взаємини людини з оточенням, рівень критичності, вимогливості до себе, а також ставлення до власних успіхів і невдач. У такий спосіб самооцінка впливає на ефективність діяльності та подальший розвиток особистості. Її зовнішній прояв виявляється у ставленні людини до можливостей і результатів діяльності інших (наприклад, знецінення досягнень інших за умов завищеної самооцінки) [1].

Дослідження феномена самооцінки має глибоке підґрунтя в українській психології. Значний внесок у вивчення механізмів формування, динаміки й ролі самооцінки в процесі становлення особистості зробили такі науковці, як Г. С. Костюк, С. Д. Максименко, О. М. Мороз, Н. В. Чепелева, Т. М. Титаренко, О. Л. Вознесенська, І. С. Булах, Л. В. Сохань, Н. М. Побірченко, І. В. Данилюк [2, 5].

У сучасній українській психодіагностиці для оцінювання самооцінки застосовують як класичні, так і новітні методики. Найбільш поширені серед них:

- Шкала самооцінки Розенберга (RSES). Складається з 10 тверджень, половина з яких позитивні, половина – негативні. Українська адаптація проведена О. Вельдбрехтом, Н. Зінченком, Н. Тавровецькою (2025) на вибірці з 537 осіб віком 11–45 років ($\alpha = .88$, ретест-надійність .74) [5]. Рекомендована для швидкого визначення рівня самооцінки.
- Методика Дембо–Рубінштейн (модифікація А. М. Прихожан). Досліджує самооцінку та рівень домагань шляхом оцінки різних якостей особистості на вертикальних шкалах.
- Методика С. А. Будассі. Складається зі списку з 48 рис, які оцінюються як «ідеальні» та «реальні». У шкільній практиці України

застосовується як базовий метод для вивчення адекватності самооцінки та виявлення розбіжностей між «Я-реальним» і «Я-ідеальним» [1].

- Методика діагностики самоцінності (Н. Миколенко, Б. Плескач, 2024). Вітчизняна розробка, що вимірює самоцінність і самоприйняття. Апробована на українських вибірках (Київський університет ім. Бориса Грінченка), має високі психометричні показники надійності [6].

- Методика «Сходишки» (В. Г. Щур). Дитяча проєктивна методика, у якій дитина визначає своє місце на сходишках як символі соціального статусу. Широко застосовується в українських освітніх закладах як інструмент первинної діагностики [8].

Отже, счасні українські дослідники розглядають самооцінку як центральний механізм саморегуляції особистості. Розробка й апробація нових методик, адаптованих до українського соціокультурного контексту, сприяє підвищенню якості психодіагностики та ефективності психологічного супроводу. Поєднання класичних і новітніх інструментів забезпечує надійну основу для вивчення динаміки самооцінки в різних вікових і соціальних групах.

Список використаних джерел

1. Булах І. С. Я-концепція та самооцінка підлітка. Київ: Вид-во , Київського університету імені Бориса Грінченка, 2019. – 152с.
2. Вельдбрехт О., Зінченко Н., Тавровецька Н. Українська адаптація шкали самооцінки Розенберга (RSES) електронний ресурс. 2025. №13. С. 142-172. URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/21118>
3. Максименко С. Д. *Саморегуляція і самооцінка: теоретичні підходи.* – Львів : Наукове видавництво, 2020. – 215 с.
4. Миколенко Н., Плескач Б. Методика діагностики самоцінності *Молодий вчений.* 2024. № 2 (126). С. 45–49.
5. Психодіагностика: практикум / уклад. : Н. О. Данильченко, А.В. Вертель. Суми:Вмд-во СумДПУ ім.А. С. Макаренка, 2010. – 140с.
6. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. 640 с.
7. Ефективні технології розвитку та відновлення стресостійкості/ життестійкості у дітей та дорослих. Методичний посібник для практичних психологів, соціальних педагогів / укл. Д.Д. Романовська., М.Г. Ящук.