

УДК 159.922.27

DOI 10.32755/sjeducation.2024.01.243

## **ВПЛИВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ НА САМООЦІНКУ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

**Ситнік Світлана Володимирівна,**

доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри теорії та методики практичної психології,  
*ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний  
університет імені К. Д. Ушинського»*  
(65020, Україна, м. Одеса, вул. Старопортофранківська, 26,  
*e-mail: svetlanasytnik2000@gmail.com*)  
ORCID: 0000-0001-5875-919X;

**Резнікова Олена Анатоліївна,**

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології,  
*Горлівський інститут іноземних мов,  
ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»*  
(*e-mail: ereznikova63@gmail.com*)  
ORCID: 0000-0003-2274-0731;

**Білоцерківська Юлія Олександрівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогіки, методики та менеджменту освіти,  
*Українська інженерно-педагогічна академія*  
(61003, м. Харків, вул. Університетська, 16,  
*e-mail: bilotcerkivcka@gmail.com*)  
ORCID: 0000-0002-3281-0214;

**Балла Людмила Володимирівна,**

старший викладач кафедри теорії та методики дошкільної освіти,  
*КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради*  
(61001, Україна, м. Харків, пров. Руставелі, 7,  
*e-mail: ballamilal@gmail.com*)  
ORCID: 0000-0001-7225-9001

*У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження особливостей впливу соціально-психологічного тренінгу на самооцінку здобувачів вищої освіти. Юнацький вік є періодом трансформації свідомості й самосвідомості особистості, які сприяють формуванню нового ставлення до себе, розвитку глобальної, загальної, цілісної самооцінки. Самооцінка починає ґрунтуватися на відповідності поведінки, власних поглядів, переконань, результатів діяльності. Це створює умови для форму-*

вання такого ставлення до себе, яке є достатньо незалежним від оцінок оточення, успіхів і невдач, ситуативних впливів.

**Метою** дослідження є визначення особливостей впливу соціально-психологічного тренінгу на самооцінку здобувачів вищої освіти.

**Наукова новизна.** Для оптимізації самооцінки здобувачів вищої освіти був розроблений соціально-психологічний тренінг, метою якого є створити умови для оптимізації самооцінки здобувачів вищої освіти. Після тренінгу збільшилася кількість досліджуваних з адекватною самооінкою, підвищилася самооінка таких особистісних властивостей, як добросовісність, незалежність, чуйність, доброзичливість, самостійність, емоційна стійкість, сумлінність, сміливість, упевненість у собі й самоконтроль.

**Висновки.** Соціально-психологічний тренінг є ефективним інструментом формування самооцінки в юнацькому віці. Можна стверджувати, що соціально-психологічний тренінг суттєво вплинув на самооцінку здобувачів вищої освіти, він є ефективним та може бути рекомендований до використання у процесі психологічного супроводу навчально-виховної діяльності в закладах вищої освіти для оптимізації самооцінки здобувачів.

**Ключові слова:** самооцінка, соціально-психологічний тренінг, здобувачі вищої освіти.

## THE INFLUENCE OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL TRAINING ON THE SELF-ASSESSMENT OF HIGHER EDUCATION ACQUIRES

**Sytnik Svitlana**, Doctor of Sciences (Psychology), Professor,  
Head of the Department of Theory and Methods of Practical  
Psychology, «Southern Ukrainian National Pedagogical University  
named after K. D. Ushinsky»

(26 Staroportofrankivska Street, Odesa, 65020, Ukraine,

e-mail: svetlanasytnik2000@gmail.com)

ORCID: 0000-0001-5875-919X;

**Reznikova Olena**, PhD in Psychology, Associate Professor,  
Associate Professor of the Department of Psychology,  
Horlivka Institute of Foreign Languages,

Donbas State Pedagogical University

(e-mail: ereznikova63@gmail.com)

ORCID: 0000-0003-2274-0731;

**Bilotserkivska Yuliia**, PhD in Psychology, Associate Professor,  
Associate Professor of the Department of Pedagogy, Methods  
and Management of Education, Ukrainian Engineering  
and Pedagogical Academy

(16 Universytetska Street, Kharkiv, 61003, Ukraine,

e-mail: bilotcerkivcka@gmail.com)

ORCID: 0000-0002-3281-0214;

**Balla Liudmyla,**

Senior Lecturer at the Department of Theory and Methods  
of Preschool Education, *Kharkiv Humanitarian and Pedagogical  
Academy of Kharkiv Regional Council,*  
(7 Rustaveli Lane, Kharkiv, 61001, Ukraine,  
e-mail: ballamila1@gmail.com)  
ORCID: 0000-0001-7225-9001

*The article presents the results of a theoretical analysis and an empirical study of the features of the influence of social-psychological training on the self-esteem of students of higher education. Adolescence is a period of transformation of consciousness and self-awareness of an individual, which contribute to the formation of a new attitude towards oneself, the development of a global, general, holistic self-esteem. Self-esteem begins to be based on the conformity of behavior, own views, beliefs, and performance results. This creates conditions for the formation of such an attitude towards oneself, which is sufficiently independent of the evaluations of others, successes and failures, and situational influences.*

**The purpose** of the study is to determine the specifics of the influence of social-psychological training on the self-esteem of students of higher education.

**Scientific novelty.** In order to optimize the self-esteem of students of higher education, a socio-psychological training was developed, the purpose of which is to create conditions for optimizing the self-esteem of students of higher education. After the training, the number of subjects with adequate self-esteem increased, the self-esteem of such personal qualities as conscientiousness, independence, sensitivity, benevolence, independence, emotional stability, conscientiousness, courage, self-confidence and self-control increased.

**Conclusions.** Socio-psychological training is an effective tool for forming self-esteem in youth. It can be argued that social-psychological training significantly influenced the self-esteem of students of higher education, it is effective and can be recommended for use in the process of psychological support of educational activities in institutions of higher education to optimize the self-esteem of students.

**Key words:** self-esteem, socio-psychological training, higher education students.

**Постановка проблеми.** Соціальна, політична та економічна ситуація, що склалася нині в Україні, обумовлює суттєві трансформації свідомості й самосвідомості кожної людини, перегляд життєвих цінностей, ставлення до світу, інших, себе. Важливим завданням формування особистості молоді людини є сприяння актуалізації психологічного потенціалу, саморозвитку, самореалізації, які визначають особливості самооцінки. Пошук дієвих технологій оптимізації самооцінки молоді

в контексті формування особистості здобувача вищої освіти набуває особливого значення на сучасному етапі розвитку суспільства.

Юнацький вік – це один з тих періодів життя, які сприятливі для формування самосвідомості, самоствавлення й самооцінки, всіх складових «Я-концепції» особистості, адекватність яких обумовлює фізичне, психічне та психологічне здоров'я молоді, здатність долати життєві труднощі, особистісну та професійну реалізацію в майбутньому.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Науковим піддрунтям для розгляду проблеми самооцінки в юнацькому віці є дослідження вітчизняних і зарубіжних науковців, таких як: Е. Арутюнян, І. Бех, І. Булах, С. Герасіна, Л. Долинська, Н. Євдокимова, В. Кутішенко, О. Малихіна, О. Пенькова, Л. Співак, С. Ставицька, В. Татенко, Т. Титаренко, А. Шахвердова, Ю. Швень, А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс, В. Франкл, Г. Каплан, С. Коперсміт, Л. Уелс, Р. Уайлі, які вивчали самооцінку як важливий компонент самосвідомості особистості; елемент системи самоствавлення; ціннісне ставлення особистості; внутрішнє усвідомлення й оцінку особистістю самої себе [1; 2; 9; 12]. У юнацькому віці рівень самооцінки обумовлюється формуванням особистості на попередніх вікових етапах, переходом на якісно новий рівень, коли загальна самооцінка відображає відповідність поведінки власним поглядам, переконанням і результатам діяльності [7; 8; 11]. Незважаючи на велику кількість досліджень, у психологічних працях майже не приділяється увага вивченню психологічних технологій формування самооцінки у здобувачів вищої освіти, тоді як їх виявлення розкриє можливості забезпечення особистісного зростання через оптимізацію самооцінки молоді.

**Формулювання цілей статті.** Мета статті полягає у презентації результатів дослідження особливостей впливу соціально-психологічного тренінгу на самооцінку здобувачів вищої освіти.

**Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.** Дослідження проводили в першому семестрі 2023/2024 навчального року. У ньому брали участь здобувачі вищої освіти ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Горлівського інституту іноземних

мов ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», Української інженерно-педагогічної академії 2–3 курсів денної форми навчання, віком від 18 до 22 років, кількістю 57 осіб. Для виконання завдань дослідження використано такі психодіагностичні методи: «Методика дослідження самооцінки особистості» С. Будассі, методика «Особистісний диференціал» (В. Шапар), «Полярні профілі» (Осгуд-Гофштеттер). Для математико-статистичного аналізу застосовано  $\phi$ -критерій Фішера та  $t$ -критерій Стьюдента.

Дослідження виявило, що низький рівень самооцінки мають 23,7 % опитаних здобувачів вищої освіти, адекватний рівень самооцінки – 31,9 %, неадекватно завищений – 44,4 %. Для оптимізації самооцінки здобувачів вищої освіти був розроблений соціально-психологічний тренінг, метою якого є створення умов для оптимізації самооцінки здобувачів вищої освіти [4; 5; 6]. Завдання тренінгу – формування прагнення до самопізнання, занурення у свій внутрішній світ і орієнтація в ньому; розширення знання учасників про почуття й емоції; створення безпечних умов для розвитку здатності їх безоцінного прийняття, формування вміння керувати їх проявом; розвиток навичок конструктивного спілкування, уміння слухати, висловлювати власну точку зору, приходити до спільного рішення і розуміння інших людей; сприяння усвідомленню життєвої перспективи, цілей, шляхів і способів їх досягнення. У соціально-психологічному тренінгу використано ігрові методи (ділові, рольові ігри, психодрама), кейси, групові дискусії, мозковий штурм, психогімнастичні вправи, відеоаналіз поведінки та ін.

Обсяг тренінгу – 40 годин, заняття проводили раз на тиждень (4 академічні години), кожне заняття мало мету й конкретні завдання. Кількість членів тренінгової групи – 15 осіб. Програма складена таким чином, щоб можна було використовувати в роботі окремі заняття, замінити вправи на подібні. Кожне заняття охоплювало:

- 1) вступну частину, спрямовану на підготовку групи до роботи;
- 2) основну частину, спрямовану на реалізацію поставлених завдань;

- 3) завершальну частину, спрямовану на рефлексію;
- 4) домашні завдання, спрямовані на відпрацювання й закріплення отриманих навичок.

Орієнтовна програма соціально-психологічного тренінгу для здобувачів вищої освіти представлена в таблиці 1.

Після проведення тренінгу була виконана повторна психодіагностика самооцінки у досліджуваних здобувачів освіти з метою перевірки ефективності тренінгу. Результати дослідження за «Методикою дослідження самооцінки особистості» С. Будассі представлені в таблиці 2.

Таблиця 1 – Програма тренінгових занять для оптимізації самооцінки здобувачів вищої освіти

№	Тема заняття	Зміст заняття
1	2	3
1	Знайомство. Встановлення контакту. Створення атмосфери довіри.	Обговорення та прийняття основних правил групової взаємодії. Вправи: «Візитівка» (самопрезентація), «Автопортрет», «Бараняча голова», «Укладання контракту», «Дігикон».
2	Діагностика самооцінки. Виокремлення проблемних питань.	Рольова гра «Рекламний ролик». Вправи: «Кажу, що бачу», «Мені подобається», «Мої вади та переваги», «Перше враження», «Чим ми схожі?».
3	Формування позитивної самооцінки.	Вправи: «Чим би я був», «Як ми бачимо один одного», «Без маски», «Інтерв'ю». Гра: «Ти мені подобаєшся тим...», «Позитивне Я».
4	Корекція неадекватних реакцій на власну особистість.	Вправи «Незакінчена казка», «Я (Ти)-повідомлення», «Це Я», «У якому я колі?», «Я очима інших», «Асоціації», «Чим я можу бути корисним іншим».
5	Аналіз неконструктивних навичок спілкування.	Психологічна гра: «Аргументи», «Три дії за три хвилини». Вправи: «Контраргументи», «Моделювання майбутнього», «Життєво важливі рішення», «Автобіографія».
6	Робота з емоціями та почуттями.	Вправи: «Безлюдний острів», «Мої досягнення», «Побажання собі», «Скульптура емоцій», «Я в променях сонця», «Машина часу».

Закінчення табл. 1

1	2	3
7	Цінності й цілі в житті.	Вправи: «Три роки», «Правда чи брехня», «Подобається – не подобається», «Ідеальне та реальне Я» «Казкова подорож».
8	Розвиток позитивного ставлення до себе.	Вправи: «Історія», «Я з різних ракурсів (з використанням МАК)», «Діалог із собою», «Прийняття свої недоліків», «Я та мій життєвий шлях».
9	Стратегії поведінки в напруженій ситуації.	Вправи: «Запізнення», «Згладжування конфліктів», «Ми різні», «Я вмю, я можу». Гра «Невідомі світи».
10	Підбиття підсумків тренінгу.	Вправи: «Прототипи», «Чого я навчився», «Визначення власної ролі», «Презентація героїв», «Збір валізи в дорогу», «Мішок щастя».

Таблиця 2 – Розподіл рівнів самооцінки у здобувачів вищої освіти до та після тренінгу (у %)

Рівень самооцінки	До тренінгу	Після тренінгу	$\phi$	p-рівень
Висока	44,4	41,6	0,29	> 0,05
Адекватна	31,9	46,8	1,57	≤ 0,05
Низька	23,7	11,6	1,26	> 0,05

Отримано значущі відмінності між показником рівня адекватної самооцінки ( $p \leq 0,05$  за  $\phi$ -критерієм Фішера) до та після тренінгу, тобто соціально-психологічний тренінг сприяв оптимізації самооцінки досліджуваних: зменшилася кількість осіб із заниженою самооцінкою, відповідно збільшилася – з адекватною оцінкою власної особистості.

Результати дослідження самооцінки окремих властивостей особистості у здобувачів вищої освіти за допомогою методики «Особистісний диференціал» представлені в таблиці 3.

Таблиця 3 – Показники самооцінки окремих властивостей особистості у здобувачів вищої освіти до та після тренінгу (у балах)

Властивості	До тренінгу	Після тренінгу	t	p-рівень
привабливий	5,86±0,85	5,63±1,08	0,91	> 0,05
сильний	5,36±1,54	5,66±1,37	0,79	> 0,05
балакучий	5,65±1,62	5,48±1,64	0,42	> 0,05
добросовісний	4,58±1,59	5,42±1,48	2,11	≤ 0,05
упертий	4,83±1,65	4,34±1,81	0,38	> 0,05
відкритий	5,07±1,68	5,38±1,54	0,05	> 0,05
добрий	5,15±1,40	5,36±1,87	0,49	> 0,05
незалежний	4,38±1,65	5,39±1,82	2,21	≤ 0,05
діяльний	5,74±1,16	5,56±1,53	0,51	> 0,05
чуйний	5,14±1,38	6,53±0,68	2,40	≤ 0,05
рішучий	5,33±1,48	5,58±1,58	0,03	> 0,05
енергійний	5,86±1,36	6,07±0,84	0,71	> 0,05
справедливий	5,27±1,18	5,45±1,55	0,56	> 0,05
напружений	4,38±1,67	3,13±1,61	2,12	≤ 0,05
метушливий	3,99±1,81	2,98±1,86	2,13	≤ 0,05
доброзичливий	5,16±1,63	6,43±1,95	2,53	≤ 0,05
упевнений	5,36±1,36	5,34±1,63	0,05	> 0,05
товариський	5,15±0,86	5,65±1,53	0,56	> 0,05
чесний	4,38±1,37	4,84±1,68	0,36	> 0,05
самостійний	4,67±1,33	5,98±1,48	2,42	≤ 0,05
дратівливий	4,52±1,84	4,03±1,68	0,41	> 0,05

Отримано значущі відмінності між показниками самооцінки окремих властивостей особистості, а саме: значно підвищилися показники таких особистісних рис, як: добросовісність ( $p \leq 0,05$  за t-критерієм Стьюдента), незалежність ( $p \leq 0,05$ ), чуйність ( $p \leq 0,05$ ), доброзичливість ( $p \leq 0,05$ ), самостійність ( $p \leq 0,05$ ); значно знизилися показники таких властивостей, як напруженість ( $p \leq 0,05$ ), метушливість ( $p \leq 0,05$ ). Тобто участь у соціально-психологічному тренінгу сприяє більш глибокому усвідомленню унікальності власної особистості та притаманних їй рис, відбувається свідомо диференціація переваг і недоліків, стає більш чітким бачення поведінкової моделі комунікації з оточенням, особистість стає більш товариською до інших людей, відповідальнішою щодо свого життя.



Результати дослідження самооцінки окремих особистісних рис у здобувачів вищої освіти за допомогою методики «Полярні профілі» Осгуда-Гофштеттера представлені в таблиці 4.

Таблиця 4 – Показники самооцінки особистісних рис у здобувачів вищої освіти до та після тренінгу (у балах)

Особистісні риси	До тренінгу	Після тренінгу	t	p-рівень
відвертість	7,16±2,21	7,84±1,89	0,9	> 0,05
інтелект	7,9±2,04	8,72±2,76	1,8	> 0,05
емоційна стійкість	6,43±3,10	8,35±1,75	2,5	≤ 0,05
домінування	6,66±2,31	7,03±3,14	1,5	> 0,05
імпульсивність	4,75±3,27	4,12±3,2	0,8	> 0,05
сумлінність	5,82±2,34	7,41±1,8	2,6	≤ 0,05
сміливість	6,69±2,36	8,33±3,6	2,6	≤ 0,05
м'якість	6,42±2,06	6,17±1,6	0,8	> 0,05
підозрілість	5,33±1,69	5,65±3,8	0,6	> 0,05
непрактичність	5,75±2,34	5,75±2,4	0,4	> 0,05
дипломатичність	7,26±1,62	6,62±1,9	1,7	> 0,05
спокій, впевненість у собі	6,53±1,30	8,33±2,6	2,6	≤ 0,05
схильність до нового	7,02±2,02	8,43±1,8	1,6	> 0,05
незалежність	6,71±3,29	7,87±1,8	1,5	> 0,05
самоконтроль	6,75±2,30	8,88±2,8	2,4	≤ 0,05
напруженість, викликана прагненням до успіху	6,96±2,17	7,64±1,7	1,5	> 0,05

У досліджуваних після тренінгу суттєво підвищилася самооцінка таких якостей, як: емоційна стійкість ( $p \leq 0,05$ ), сумлінність ( $p \leq 0,05$ ), сміливість ( $p \leq 0,05$ ), впевненість у собі ( $p \leq 0,05$ ), самоконтроль ( $p \leq 0,05$ ). Безпосередній стосунок до самооцінки мають сміливість та впевненість у собі, але здатність контролювати емоції дуже важлива для збереження реалістичного погляду на ситуацію, аналізу подій, власної поведінки та сприйняття партнерів по спілкуванню. Тобто інтерактивні технології, що застосовувалися в соціально-психологічному тренінгу, підвищують стресостійкість, резильєнтність, відповідальність і самооцінку особистості.

**Висновки.** Соціально-психологічний тренінг є ефективним інструментом формування самооцінки в юнацькому віці. Серед досліджуваних здобувачів вищої освіти після тренінгу збільшилася кількість осіб з адекватною самооцінкою, підвищилася самооцінка окремих рис та властивостей особистості. Таким чином, можна стверджувати, що соціально-психологічний тренінг суттєво вплинув на самооцінку здобувачів вищої освіти, він є ефективним та може бути рекомендований до використання в процесі психологічного супроводу навчально-виховної діяльності в закладах вищої освіти для оптимізації самооцінки здобувачів.

**Перспективами подальшого дослідження** є аналіз гендерних відмінностей самооцінки, самоствавлення та їх оптимізація у здобувачів вищої освіти.

### Список використаних джерел

1. Булах І. С. Витоки особистісного зростання людини. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки.* 2017. Вип. 6 (51). С. 53–64.
2. Герасіна С. В. Асертивна поведінка як передумова формування почуття власної гідності та самоповаги студентської молоді. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць / Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка; Інститут психології ім. Г. С. Костюка АПН України.* 2010. Вип. 10. С. 139–149.
3. Долинська Л. В., Пенькова О. І. Самореалізація особистості як соціально-психологічний феномен. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки.* 2016. Вип. 3. С. 18–25.
4. Дячок О. Соціально-психологічний тренінг як метод формування адекватної самооцінки підлітків. *Науковий вісник ХНУ.* 2016. № 3. С. 15–25.
5. Євдокимова Н. О., Арутюнян Е. А. Психологічні засади підвищення самооцінки юнаків шляхом соціально-психологічного тренінгу. *Парадигма пізнання: гуманітарні питання.* 2015. № 3. С. 80–90.
6. Лук'ячук Н. Класифікація видів тренінгів. *Навчання і виховання обдарованої дитини: теорія та практика: зб. наук. пр.* 2013. Вип. 1 (10). С. 272–279.

7. Малихіна О. А. Динаміка змін складників структурних компонентів самоповаги в студентському віці: реалізація корекційно-розвивальної програми. *Психологічний часопис*. 2020. Т. 6. № 4. С. 248–256. URL: <https://apsjournal.com/index.php/psyjournal/article/view/945> (дата звернення: 01.02.2024).

8. Співак Л. М. Вікова динаміка національної самореалізації особистості в юності. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 27. С. 546–557.

9. Ставицька С. О., Кутішенко В. П. Теоретичне обґрунтування розвитку структури самосвідомості особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2016. Вип. 4. С. 140–147.

10. Татенко В. Методологія суб'єктно-вчинкового підходу: соціаль-но-психологічний вимір : монографія. Київ : Міленіум, 2017. 184 с.

11. Шахвердова А. П. Потреба досягнення та її вплив на успішність адаптації студентів-першокурсників. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2017. V (50), Issue 111. URL: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/547420> (дата звернення: 01.02.2024).

12. Швень Ю. Р. Соціально-психологічні чинники формування самооцінки особистості. *Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки* : тези доповідей XXI Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених. Т. 1 (м. Київ, 5–9 квітня 2021 р.). Київ : НАУ, 2021. С. 106–107.

## References

1. Bulakh, I. S. (2017), "The origins of human personal growth", *Scientific journal of the NPU named after M. P. Drahomanov. Series 12. Psychological sciences*, Issue 6 (51), pp. 53–64.

2. Herasina, S. V. (2010), "Assertive behavior as a prerequisite for the formation of a sense of self-worth and self-respect of student youth", *Problems of modern psychology*, Collection of scientific works of Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko, Institute of Psychology named after G. S. Kostyuk, APN of Ukraine, Issue 10, pp. 139–149.

3. Dolynska, L. V. and Penkova, O. I. (2016), "Self-realization of the individual as a socio-psychological phenomenon", *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov. Series 12: Psychological sciences*, Issue , pp. 18–25.

4. Diachok, O. (2016), "Social-psychological training as a method of forming adequate self-esteem of teenagers", *Scientific Bulletin of KhNU*, No. 3, pp. 15–25.

5. Yevdokymova, N. O. and Arutiunian, E. A. (2015), "Psychological principles of increasing self-esteem of young men through social and psychological training", *Paradigm of knowledge: humanitarian issues*, No. 3, pp. 80–90.

6. Lukianchuk, N. (2013), "Classification of types of training", *Education and upbringing of a gifted child: theory and practice*, No. 1 (10), pp. 272–279.

7. Malykhina, O. A. (2020), "The dynamics of changes in the structural components of self-esteem in student age: the implementation of a corrective and developmental program", *Psychological journal*, Issue 6, No. 4, pp. 248–256, available at: <https://apsijournal.com/index.php/psyjournal/article/view/945> (accessed at 01 February 2024).

8. Spivak, L. M. (2015), "Age dynamics of the national self-realization of the individual in youth", *Problems of modern psychology*, Issue 27, pp. 546–557.

9. Stavvytska, S. O. and Kutishenko, V. P. (2016), "Theoretical justification of the development of the structure of self-awareness of the individual", *Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Drahomanov, Series 12: Psychological Sciences*, Issue 4, pp. 140–147.

10. Tatenko, V. (2017), *Methodology of the subject-act approach: social-psychological dimension* : monograph, Millennium, Kyiv.

11. Shahverdova, A. P. (2017), "The need for achievement and its influence on the successful adaptation of first-year students", *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. Vol. 50, Issue 111, available at: [http://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/a\\_p\\_shahverdova\\_the\\_need\\_for\\_achievement\\_and\\_its\\_influence\\_on\\_the\\_success\\_of\\_the\\_adaptation\\_of\\_first-year\\_students.pdf](http://seanewdim.com/uploads/3/4/5/1/34511564/a_p_shahverdova_the_need_for_achievement_and_its_influence_on_the_success_of_the_adaptation_of_first-year_students.pdf) (accessed at 01 February 2024).

12. Shven, Yu. R. (2021), "Social-psychological factors in the formation of self-esteem of an individual", *Modern problems of science. Humanities: theses of reports of the XXI International Scientific and Practical Conference of Higher Education Graduates and Young Scientists*, Vol. 1 (Kyiv, April 5–9), pp. 106–107.