

Міністерство освіти і науки України
Бердянський державний педагогічний університет
Кафедра психології

Допущено до захисту
завідувач кафедру
Ірина ЧЕРЕЗОВА
«20» листопада 2024 р.

**«Я-КОНЦЕПЦІЯ» ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
ПСИХОЛОГА-ТРЕНЕРА**

Кваліфікаційна робота магістра

Виконавець: здобувачка другого рівня
вищої освіти, групи м208П-з
Галузь знань: 05 Соціальні та
поведінкові науки
Спеціальність: 053 Психологія

Освітньо-професійна програма:
Психологія тренінгової роботи
ЗАГРЕБЕЛЬНА Альона Олегівна

Керівник: д. психол. н., професор
Любов СПИВАК

Рецензент: к. психол. н., доцент
Наталія СЕРДЮК

Запоріжжя – 2024 рік

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ «Я-КОНЦЕПЦІЇ»	8
1.1. Поняття «Я-концепції» як об'єкт соціально-психологічного дослідження, основні компоненти	8
1.2. Сучасні погляди на процес формування «Я-концепції»	12
1.3. Методи формування та розвитку «Я-концепції» у професійній діяльності психолога-тренера.....	17
Висновки до першого розділу.....	20
РОЗДІЛ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ «Я-КОНЦЕПЦІЇ»	22
2.1. Організація та методи дослідження.....	22
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження «Я-концепції» у психологів.....	32
Висновки до другого розділу	42
РОЗДІЛ III. РОЗВИТОК «Я-КОНЦЕПЦІЇ» ЯК ВАЖЛИВОГО ФАКТОРУ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА-ТРЕНЕРА	44
3.1. Обґрунтування необхідності і доцільності використання тренінгової програми для розвитку «Я-концепції» психолога-тренера.....	44
3.2. Аналіз ефективності впровадження тренінгової програми для розвитку «Я- концепції» психолога-тренера	55
Висновки до третього розділу.....	60
ВИСНОВКИ	61
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	64
ДОДАТКИ	69

ВСТУП

Актуальність дослідження. В умовах війни та високого рівня невизначеності, психологічний супровід стає критично важливим для збереження психічного здоров'я і підтримки морального духу як учасників тренінгів, так і широкого загалу. Психолог-тренер має справу з новими викликами, такими як стрес, тривога та травматичні переживання, які можуть суттєво вплинути на ефективність навчальних процесів. Тому важливо, щоб він володів спеціалізованими знаннями і методиками, що дозволяють не лише підвищувати професійні навички учасників, але і забезпечувати їм необхідну емоційну підтримку. В умовах війни психолог-тренер стає не лише наставником, але й ресурсом для відновлення і стабілізації психічного стану, що особливо актуально для людей, які зазнали психологічних травм або перебувають у складних життєвих ситуаціях.

Сьогодні психолог-тренер повинен володіти рядом важливих якостей, серед яких: вміння співпрацювати та приймати зважені рішення, а також уміння спілкуватися із учасниками тренінгу. І для цього важливо, щоб психолог-тренер враховував індивідуальні потреби та особливості кожного учасника, та підтримував відповідну атмосферу взаєморозуміння та поваги під час тренінгу. Для цього він повинен володіти глибокими знаннями прийомів і методів, що використовуються в тренінгу, та вміти їх адаптувати до різних ситуацій і потреб учасників. З огляду на це ключовим аспектом в роботі психолога-тренера стають його стосунки з учасниками тренінгу. Психолог-тренер повинен спілкуватися з учасниками відкрито та чуйно, створюючи атмосферу довіри та підтримки. Важливо пам'ятати, що кожна людина унікальна і має власні потреби та способи навчання. Тому психолог-тренер повинен забезпечити індивідуальний підхід до кожного учасника та створити умови для його особистісного розвитку. Тому успіх тренінгу залежить від ефективності технології та кваліфікації психолога-тренера. Важливо, щоб психолог-тренер не тільки глибоко володів технікою і

методикою тренінгу, але й був особистістю з такими особливими рисами, як емпатія, терпіння, гнучкість і здатність до співпраці.

Одним із суттєвих чинників професійної діяльності психолога-тренера є його «Я-концепція», яка визначає його здатність до ефективного виконання своїх обов'язків. «Я-концепція» включає в себе самосприйняття, самооцінку та самоповагу і особистісні установки, що прямо впливають на взаємодію з учасниками тренінгу. Психолог-тренер, чия «Я-концепція» є позитивною і стабільною, демонструє впевненість у своїх силах, що позитивно відображається на його професійній діяльності. Така особа зазвичай проявляє високий рівень самоповаги та впевненості, що дозволяє їй відкрито та з оптимізмом підходити до вирішення різноманітних ситуацій. Відзначаючи свою здатність до саморегуляції та самовдосконалення, психолог-тренер здатний ефективно підтримувати мотивацію та особистісний розвиток учасників, забезпечуючи їм індивідуальний підхід і комфортну атмосферу для навчання. Отже, позитивна «Я-концепція» психолога-тренера грає ключову роль у формуванні довірливих відносин і сприяє успішному проведенню тренінгу, сприяючи глибшому розумінню і більш продуктивному навчанню.

Тому тема «Я-концепція» як чинник професійної діяльності психолога-тренера є наразі актуальною та потребує всебічного вивчення.

Дослідження «Я-концепції» охоплюють різноманітні підходи, запропоновані численними вченими. Представники інтеракціоністського підходу, такі як В. Вундт, У. Джемс, Ч. Кулі, Д. Мід, А. Пфендер, М. Розенберг, І. Кон, зосереджувалися на вивченні соціальної взаємодії та того, як соціальні відносини впливають на формування «Я». Вчені психодинамічного підходу, серед яких А. Адлер, Е. Берн, Г. Саллівен, А. Фрейд, З. Фрейд, Е. Фромм, Е. Еріксон, наголошували на внутрішніх конфліктах та підсвідомих процесах, що формують «Я-концепцію». Когнітивний підхід, розроблений дослідниками Д. Бемом, А. Валлоном, Л. Хьеллом, Д. Зиглером, Ж. Піаже, Т. Вілсоном і Л. Фестінгером, фокусується на тому, як когнітивні процеси впливають на формування «Я-концепції». Гуманістичний підхід, запропонований П. Бернсом,

А. Маслоу, Г. Олпортом, К. Роджерсом і В. Франклом, підкреслює унікальність особистості та її здатність до саморозвитку і самореалізації. У вітчизняній психології дослідники акцентували увагу на вивченні взаємодії індивіда з соціальним середовищем і його розвитку через діяльність і спілкування. Серед сучасних дослідників С. Шоуерс, С. Дітцфілд і В. Зайглер вивчали зв'язок між «Я-концепцією» та самооцінкою, підкреслюючи значення організації змісту «Я-концепції» для самопізнання. І. Т. Хіггінс, І. ван Хук і Д. Дофман також досліджували вплив структури «Я-концепції» на самооцінку. П. А. Лінвілл вивчав моделі «Я-комплексності», Ж. Д. Кембелл – ясність «Я-концепції», І. Т. Хіггінс – «Я-невідповідність», А. Р. МакКоннелл розробив концепцію множинних аспектів «Я». Серед українських дослідників, які вивчали феномен «Я-концепції», виділяються М. І. Слюсаренко та О. С. Мироненко. М. І. Слюсаренко визначає «Я-концепцію» як систему прийнятних для особи критеріїв, сформульованих у її свідомості, що визначають особистість як унікальну та відмінну від інших людей. О. С. Мироненко розглядає «Я-концепцію» як уявлення особистості про себе, включаючи образ зовнішності, фізичних, розумових, моральних особливостей та здібностей (пізнавальний компонент), ставлення до себе (емоційний компонент) і детерміновані цим особливості поведінки (поведінковий аспект).

Об'єкт дослідження: чинники професійної діяльності психолога-тренера.

Предмет дослідження: психологічні особливості «Я-концепції» як важливого чинника професійної діяльності психолога-тренера.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості «Я-концепції» психологів-тренерів, розробити тренінгову програму формування позитивної «Я-концепції» психологів-тренерів.

Завдання:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми дослідження «Я-концепції».
2. Теоретично обґрунтувати сучасні погляди на процес формування «Я-концепції».

3. Охарактеризувати психологічні особливості «Я-концепції» психолога-тренера.

4. Емпірично дослідити психологічні особливості «Я-концепції» психологів-тренерів.

5. Розробити тренінгову програму формування позитивної «Я-концепції» психологів-тренерів.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети та виконання визначених завдань було застосовано комплекс методів: загальнонаукові (аналіз, синтез, систематизація, порівняння, узагальнення використовувалися для дослідження праць вітчизняних і зарубіжних учених); спеціальні наукові методи (категоріальний аналіз – для розкриття змісту та уточнення визначень основних понять; структурно-функціональний аналіз – для виявлення структурних і змістових особливостей формування «Я-концепції»); емпіричні (шкала самоповаги Розенберга (Rosenberg Self-Esteem Scale, RSE) [19]; шкала колективної та незалежної «Я-концепції» (Self-Constual Scale, SCS) Т. Сінгеліс [29]; методика дослідження самооцінки особистості (за описом Т. І. Пашукової, А. І. Допіри, Г. В. Дьяконова) [11, с. 196]; методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда [8]); метод моделювання, який передбачає розробку практичних програм, інтервенцій або тренінгів, що базуються на отриманих теоретичних знаннях і дослідженнях.

Емпірична база дослідження. 30 діючих психологи-тренери Комунальної установи «Центр професійного розвитку «Освітня траєкторія» Дніпровської міської ради, психологічна галузь віком 28-41 рік.

Теоретична значимість роботи полягає в поглибленні наукового розуміння ключових аспектів формування «Я-концепції» та професійної діяльності психолога-тренера. У роботі розкрито зміст і специфіку основоположних понять, уточнено дефініції та структуру «Я-концепції».

Практична значимість дослідження полягає в експериментальному визначенні сасамооцінки та «Я-концепції» та розробка рекомендацій щодо покращення професійної діяльності психологів-тренерів. Результати

дослідження можуть бути використані для вдосконалення професійної підготовки психологів, створення програм психологічної підтримки та розвитку, а також для підвищення ефективності тренінгових технологій.

Апробація результатів дослідження. Результати кваліфікаційної роботи магістра були апробовані на конференції та опубліковані в тезах:

– Загребельна А., Співак Л. «Я-концепція» як чинник професійної діяльності психолога-тренера. Збірник тез наукових доповідей здобувачів вищої освіти Бердянського державного педагогічного університету на Днях науки 14 травня 2024 року. Том 1. Суспільні науки. Бердянськ : БДПУ, 2024. с. 455-459.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів з висновками до них, загальних висновків, списку використаних джерел (36 найменувань, з них 17 іноземною мовою) і 10 додатків (на 28 сторінках). Загальний обсяг кваліфікаційної роботи – 88 сторінок, з них основного тексту – 61 сторінки. Робота містить 8 таблиць і 13 рисунків.

ВИСНОВКИ

Проведене дослідження дозволило зробити такі висновки.

1. Проведений аналіз літературних джерел підтверджує, що «Я-концепція» є складним і багатограним утворенням, яке формується із когнітивного, емоційно-оцінного та поведінкового компонентів, кожен із яких відображає ключові аспекти самосвідомості та самооцінки і самоповаги, що, у свою чергу, відіграють важливу роль у самовизначенні та поведінці особистості. Встановлено, що у структурі «Я-концепції» можна виділити три модальності: актуальне «я» (сприйняття себе в даний момент), ідеальне «Я» (уявлення про те, ким особа прагне стати) та дзеркальне «я» (уявлення про те, як інші сприймають цю особу), які у сукупності є відображенням «Я-концепції».

2. Формування «Я-концепції» є складним і динамічним процесом, який триває все життя, а чинники його формування охоплюють соціальні, біологічні та культурні фактори. На початку життєвого розвитку самооцінка може бути нереалістичною (у певній мірі завищеною), але з часом, завдяки соціальному зворотному зв'язку та життєвому досвіду, вона стає більш адекватною. Важливим віком для формування «Я-концепції» є підлітковий та юнацький вік, при цьому необхідно відзначити, що із дорослішанням самооцінка, як правило, зростає і стабілізується, втім в старшому віці може знижуватися. Активне управління самооцінкою та формування позитивної «Я-концепції» включає прийняття своїх сильних і слабких сторін, і є важливим для здорового особистісного зростання.

3. Для психолога-тренера «Я-концепція» складається з уявлень про свої навички, здібності та ролі. Висока самооцінка може підвищити впевненість та успішність у роботі, проте надмірна самовпевненість може перешкодити конструктивній взаємодії із колегами та клієнтами. Низька самооцінка, навпаки, може стримувати розвиток кар'єри. Для формування позитивної «Я-концепції» психолога-тренера важливо використовувати особистісно-орієнтовані методи

навчання, які акцентують увагу на індивідуальності та саморозвитку. Процес гармонізації «Я-концепції» має починатися в навчальних закладах.

4. Організація дослідження передбачала використання комплексу наукових методів, які дозволили всебічно вивчити психологічні особливості «Я-концепції» психолога-тренера та її вплив на професійну діяльність. Методика дослідження передбачала використання таких основних методів: теоретичний аналіз, емпіричне дослідження (опитування за шкалою самоповаги Розенберга (Rosenberg Self-Esteem Scale, RSE), шкалою колективної та незалежної «Я-концепції» (Self-Construal Scale, SCS), описом Т. І. Пашукової, А. І. Допіри, Г. В. Дьяконова, діагностикою соціально-психологічної адаптації (К. Роджерса та Р. Даймонда)), метод моделювання, статистичний аналіз даних. При цьому емпіричне дослідження «Я-концепції» психолога-тренера було організовано у три етапи: підготовчий, констатувальний та формувальний.

5. У проведеному дослідженні взяли участь 30 осіб віком 28-41 років. За гендером вибірка переважно сформована із жіночої статі (90%). Результати опитування за шкалою самоповаги Розенберга продемонстрували, що 66,67% опитаних мають середній рівень самоповаги. Середні значення за шкалами колективної та незалежної «Я-концепції» (SCS) Т. Сінгеліса дозволили констатувати, що опитувані мають дещо вищий рівень схильності до незалежної «Я-концепції» порівняно з колективною «Я-концепцією». Результати опитування респондентів за методикою дослідження самооцінки особистості (Т. І. Пашукова, А. І. Допіра, Г. В. Дьяконов) дозволили підсумувати, що більшість респондентів (14 осіб) мають тенденцію до позитивного зв'язку між уявленнями про ідеальне і реальне «я», з легким завищенням самооцінки. Третина респондентів (10 осіб) мають тенденцію до заниженої самооцінки, в той же час ніхто з опитаних не має значної невідповідності між уявленнями про себе, що вказує на відсутність сильної заниженої самооцінки в вибірці. Отримані результати опитування за методикою діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерса та Р. Даймонда) свідчать про те, що більшість респондентів (93,3%) мають середній рівень як адаптивності, так і

дезадаптивності. Більшість респондентів мають середній рівень прийняття себе (93,3%); середній рівень прийняття інших (76,7%); середній рівень емоційного комфорту (80%); демонструють переважно середній рівень як внутрішнього (90%), так і зовнішнього контролю (86,7%); мають високий рівень керованості (86,7%); мають середній рівень ескапізму (80%). У процесі проведеного кореляційного аналізу з'ясовано, що висока самооцінка і самоповага, адаптивність і прийняття себе, допомагають зберегти емоційний комфорт і уникнути дезадаптації, а актуальним завданням для професійного розвитку психологів визначено підвищення рівня самооцінки і самоповаги.

6. Актуальність тренінгової програми пояснюється тим, що розвиток «Я-концепції» дозволяє досягти прогресу у розвитку самосвідомості та саморозуміння; покращенні навичок міжособистісної взаємодії; професійному розвитку та успішному налагодженні етичних питань. Цільова аудиторія тренінгу «Я-концепція» як чинник професійної діяльності психолога може охоплювати: психологів у закладах освіти; у медичних закладах; у консультативних центрах; студентів психологічних факультетів, практикуючих психологів. Цільова група тренінгу охоплює 14 осіб. Організація навчання розрахована на 12 годин (2 дні по 6 годин з перервами), які включають лекції, групові та індивідуальні вправи, рефлексію. За допомогою запропонованих активності учасники тренінгу здатні покращити свої професійні компетенції та особистісні якості, які у є запорукою успішної роботи психолога.

7. Для підтвердження ефективності впровадження тренінгу проведено повторне опитування учасників за Шкалою самоповаги Розенберга (RSE), результати якого вказують на підвищення рівня самоповаги у досліджуваній групі, що дозволяє підсумувати, що в цілому, тренінг мав позитивний вплив на учасників, оскільки зменшилась частка учасників з низьким рівнем, а частка учасників з середнім та високим рівнем зросла, при цьому середня оцінка самоповаги досліджуваної групи зросла із 23,2 балів до 27,35 балів, тобто на 4,15 бали.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барська В. О. Психологічні умови розвитку позитивної «Я-концепції» особистості студента. Вісник Донецького національного університету. Сер. Б: Гуманітарні науки. 2015. № 1-2. С. 16-21. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdnug_2015_1-2_4 (дата звернення: 19.08.2024).
2. Волинець Н. Я-концепція як чинник особистісного самовизначення в ранній юності. Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія. 2022. №1 (54). С. 27-34. URL: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.4> (дата звернення: 19.08.2024).
3. Гавриловська К., Дем'янчук Ю. Тренінгові техніки як засіб формування толерантності в системі інклюзивної освіти. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2022. Випуск 13. С. 49–54. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/34623/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%20%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3.pdf> (дата звернення: 24.09.2024).
4. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції». Навчальний посібник. Тернопіль. 2004. 310 с. URL: http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/7202/1/%D0%9E%D0%BA%D1%81%D0%B0%D0%BD%D0%B0_%D0%AF-%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%86%D0%B5%D0%BF%D1%86%D1%96%D1%8F_%D0%BA%D0%BD%D0%B8%D0%B3%D0%B0_2004.pdf (дата звернення: 19.08.2024).
5. Дубінка М. М. «Я-концепція» як фактор професійного самовизначення особистості з позицій р. бернса. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. (2022). № 205. С. 94-100. <https://doi.org/10.36550/2415-7988-2022-1-205-94-100> (дата звернення: 19.08.2024).
6. Жадан О. М. Заняття з елементами тренінгу «Мотивація. Особистісне зростання». 2021. URL: <https://naurok.com.ua/zanyattya-z-elementami-treningu-motivaciya-osobistisne-zrostannya-258242.html> (дата звернення: 19.08.2024).

звернення: 24.09.2024).

7. Костецька Н. М. Тренінгове заняття «Формування позитивної Я концепції. На вершині власного «Я». 2020. URL: <https://naurok.com.ua/treningove-zanyattya-tema-formuvannya-pozitivno-ya-konceptsi-na-vershini-vlasnogo-ya-203265.html> (дата звернення: 24.09.2024).

8. Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда. URL: <https://psymag.info/tests/metodika-diagnostiki-sotsialno-psihologichnoy-adaptatsiy-k-rodzhersa-ta-r-daymonda-1674313098/> (дата звернення: 19.08.2024).

9. Методика дослідження соціально - психологічної адаптації. URL: <http://ks-rnmcpp.kiev.sch.in.ua/Files/downloads/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%A0%D0%BE%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D1%80%D1%81-%D0%94%D0%B0%D0%B9%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%B4%D0%B0.doc> (дата звернення: 09.09.2024).

10. Мироненко О.С. Психологічні чинники формування «Я-концепції» особистості. Актуальні проблеми психології. 2018. Випуск 11. С. 124-133. URL: <http://appspsychology.org.ua/index.php/ua/arkhiv-vydannia/tom-9/vipusk-11-2018> (дата звернення: 19.08.2024).

11. Москальова А.С., Москальов М.В. Методи психодіагностики в навчально-виховному процесі. Київ. 360с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/7621/1/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B4%D1%96%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B8_%D0%BA%D0%BD14.pdf (дата звернення: 19.08.2024).

12. Науменко О. С. Особливості Я-концепції педагога як чинника його ефективної співпраці з обдарованими учнями. Актуальні проблеми психології:: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України/ За ред. С.Д.Максименка та Р.О.Семенової. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка,

2011. Т.:VI. Психологія обдарованості. Вип. 6. С.115-125. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/7126/1/%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2011.pdf (дата звернення: 19.08.2024).

13. Перепелюк Т. Д. Я-концепція особистості як умова професійного становлення практичного психолога. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2015, Том. ІХ, Загальна психологія. Етнічна психологія. Історична психологія, Вип. 7. с. 256-261.

14. Слюсаренко М. І. Я-концепція як поняття психології. Наукові перспективи. 2023. № 1(31), с. 548-555. URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/np/article/view/3575/3595> (дата звернення: 19.08.2024).

15. Співак Л. М. Формування «Я-концепції» особистості в контексті створення основ позитивного (валеогенного) мислення. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2008. Вип. 6. С. 290-292.

16. Тренінг Мотивація 3.0. URL: https://nextlevelcc.com.ua/wp-content/uploads/2018/02/Treninh-Motyvatsiia-3.0_-Next-levelCC.pdf (дата звернення: 24.09.2024).

17. Шевченко С. В. Тренінгова програма «Мотиваційний поштовх». 2018. URL: <https://vseosvita.ua/library/treningova-programa-motivacijnij-postovh-98610.html> (дата звернення: 24.09.2024).

18. Шевчук О. Заняття 6. ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ «Я І МОЯ САМООЦІНКА». URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/123456789/12760/1/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D1%81%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%BD%D0%BA%D0%B0%20%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B3.pdf> (дата звернення: 24.09.2024).

19. Шкала самоповаги Розенберга. URL: https://www.eztests.xyz/tests/rosenberg_rse/ (дата звернення: 19.08.2024).

20. Campbell J. D. Self-esteem and clarity of the self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. № 59. P. 538–549.
21. Dunahoo C. The Development of Identity and Self-Concept. URL: <https://mentalhealthmatch.com/articles/youth/the-development-of-identity-and-self-concept> (дата звернення: 19.08.2024).
22. Higgins E. T. Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*. 1987;94:319–340. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3615707> (дата звернення: 19.08.2024).
23. Higgins E. T., Van Hook E., Dorfman D. Do self-attributes form a cognitive structure? *Social Cognition*. 1988. №6, p. 177–206.
24. Laelat A. The theory of self-concept as a foundation personality formation. Ganesha University of Education, Singaraja. 2017. URL: <https://opiniremaja.com/the-theory-of-self-concept-as-a-foundation-personality-formation/> (дата звернення: 19.08.2024).
25. Linville P. W. Self-complexity and affective extremity: Don't put all of your eggs in one basket. *Social Cognition*. 1985. №3. P. 94-120.
26. McConnell A. R. The Multiple Self-Aspects Framework: Self-concept representation and its implications. *Personality and Social Psychology Review*. 2011;15:3–27. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20539023> (дата звернення: 19.08.2024).
27. Robins R. W., Trzesniewski K. H. Self-Esteem Development Across the Lifespan. *American Psychological Society*. 2005. Volume 14. Number 3. P. 158-162. URL: https://local.psy.miami.edu/faculty/dmessaging/c_c/rsrscs/rdgs/emot/robins_trz.selfesteemdevel_curidr2005.pdf (дата звернення: 19.08.2024).
28. Segal Z. V., Hood J. E., Shaw B. F., Higgins E. T. A structural analysis of the self-schema construct in major depression. *Cognitive Therapy and Research*. 1988;12:471–485.
29. Self-Construal Scale, SCS. URL: <https://psytests.org/ident/selfscsen.html> (дата звернення: 19.08.2024).

30. Self-Construal Scale, SCS. URL: <https://psyttests.org/result?v=idts3DD&pp=1> (дата звернення: 19.08.2024).
31. Showers C. J. Compartmentalization of positive and negative self-knowledge: Keeping bad apples out of the bunch. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1992. №62. P. 1036–1049. (дата звернення: 19.08.2024).
32. Showers C. J., Ditzfeld C. P., Zeigler-Hill V. Self-Concept Structure and the Quality of Self-Knowledge. *J Pers.* 2015 Oct. №83(5). P. 535-51. doi: 10.1111/jopy.12130.
33. Showers C. J., Zeigler-Hill V. Pathways among self-knowledge and self-esteem: How are self-esteem and self-knowledge linked? Are these links direct or indirect? In: Kernis MH, editor. *Self-esteem issues and answers: A source book of current perspectives*. New York, NY: Psychology Press. 2006. pp. 216–223. (дата звернення: 19.08.2024).
34. Singelis T. M. The Measurement of Independent and Interdependent Self-Construals. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1994. 320(5), 580-591. URL: <https://doi.org/10.1177/0146167294205014> (дата звернення: 09.09.2024).
35. Splender A. Theoretical interpretation of the concept of "I-concept". *Universum*. 2021. № 6(84). С. 1-4.
36. Vinney C. What Is Self-Concept in Psychology? Thought co. June 07, 2024. URL: <https://www.thoughtco.com/self-concept-psychology-4176368> (дата звернення: 19.08.2024).