МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
Факультет права, публічного управління та національної безпеки
Кафедра психології

Кваліфікаційна робота
на правах рукопису

Березовська Ольга Михайлівна

УДК 159.922.72:37

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

Психологічні фактори успішності у навчанні

Спеціальність 053 «Психологія»

ОПП «Практична психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня магістра психології.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело _____О.М. Березовська

Керівник роботи:
доцент Бондаренко-Берегович В.В.

Житомир – 2026

Висновок кафедри _____
за результатами попереднього захисту: _____

Протокол засідання кафедри
№_____ від «___»_____ 20__ року

Завідувач кафедри
_____ _____ _____
(науковий ступінь, вчене звання) (підпис) (науковий ступінь, вчене звання)

Результати захисту кваліфікаційної роботи
Здобувач вищої освіти
_____ захистив (ла)
(прізвище, ім'я, по батькові)

кваліфікаційну роботу з оцінкою:

сума балів за 100-бальною шкалою _____
за шкалою ECTS _____
за національною шкалою _____

Секретар ЕК
_____ _____ _____
(науковий ступінь, вчене звання) (підпис) (прізвище ,ім'я, по батько

АНОТАЦІЯ

Березовська О. М. Психологічні фактори успішності у навчанні. – Кваліфікаційна робота на правах рукопису.

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра за спеціальністю 053 «Психологія», освітньо-професійна програма «Практична психологія». – Поліський національний університет, Житомир, 2026.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню психологічних факторів, що зумовлюють успішність навчальної діяльності підлітків і юнаків. Актуальність теми обумовлена зростанням вимог до навчальних досягнень здобувачів освіти та необхідністю урахування не лише когнітивних, а й особистісних чинників навчальної успішності.

У роботі здійснено теоретичний аналіз поняття успішності навчальної діяльності в психології, розкрито сутність та структуру навчальної мотивації, самооцінки й тривожності як ключових психологічних факторів, що впливають на результати навчання. Показано, що навчальна успішність є інтегральним показником, який відображає взаємодію мотиваційної, емоційної та особистісної сфер учнів і студентів.

Методологічну та теоретичну основу дослідження становлять положення вікової та педагогічної психології, концепції навчальної мотивації (С. Занюк, Дж. Аткінсон), теорії самооцінки та «Я-концепції» (К. Роджерс), а також соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

Емпіричне дослідження проведено на вибірці підлітків і юнаків, які навчаються у закладах середньої та вищої освіти. У роботі використано психодіагностичні методики дослідження мотивації до успіху та уникнення невдач (Т. Елерс), рівня самооцінки (Дембо–Рубінштейн), тривожності (Спілберґер–Ханін), а також методи математико-статистичної обробки результатів. Виявлено значущі взаємозв’язки між показниками мотивації, самооцінки, тривожності та рівнем навчальної успішності.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів і педагогів для розробки програм психологічного супроводу, спрямованих на підвищення ефективності навчальної діяльності підлітків і юнаків.

Ключові слова: успішність навчання, навчальна мотивація, самооцінка, тривожність, підлітковий вік, юнацький вік, психологічні фактори.

ABSTRACT

Berezovska O. Psychological factors of academic success. – Qualification thesis manuscript. Master's qualification thesis for obtaining the Master's degree in Psychology, specialty 053 "Psychology", Educational and Professional Program "Practical Psychology". – Polissia National University, Zhytomyr, 2025.

The qualification thesis is devoted to the study of psychological factors that determine academic success among adolescents and young adults. The relevance of the topic is обусловлена by the increasing demands for educational achievement and the need to consider not only cognitive but also personal factors influencing learning success.

The paper provides a theoretical analysis of the concept of academic success in psychology and reveals the essence and structure of learning motivation, self-esteem, and anxiety as key psychological factors affecting learning outcomes. It is shown that academic success is an integral indicator reflecting the interaction of motivational, emotional, and personal spheres of pupils and students.

The methodological and theoretical framework of the study is based on the principles of developmental and educational psychology, theories of learning motivation (S. Zaniuk, J. Atkinson), theories of self-esteem and self-concept (C. Rogers), as well as Bandura's social cognitive theory.

The empirical study was conducted on a sample of adolescents and young adults studying in secondary and higher education institutions. The research employed psychodiagnostic methods to assess achievement motivation and avoidance of failure (T. Ehlers), self-esteem (Dembo–Rubinstein), and anxiety (Spielberger–Hanin), as well as methods of mathematical and statistical data analysis. Significant correlations were found between motivation, self-esteem, anxiety, and the level of academic success.

The practical significance of the study lies in the possibility of applying the obtained results in the work of practical psychologists and educators to develop

psychological support programs aimed at improving the effectiveness of academic activity among adolescents and young adults.

Keywords: academic success, learning motivation, self-esteem, anxiety, adolescence, young adulthood, psychological factors.

ЗМІСТ

ВСТУП……8

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ УСПІШНОСТІ В НАВЧАННІ……12

1.1. Поняття успішності навчальної діяльності в психології……12

1.2. Навчальна мотивація: поняття, чинники, рівні й теоретичні підходи……19

1.3. Психологічні чинники, що впливають на успішність навчання (мотивація, самооцінка, тривожність, когнітивні стилі, емоційна регуляція тощо)……22

Висновки до розділу 1……30

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ……..32

2.1. Характеристика психодіагностичних методик дослідження…….32

2.2. Організація і методи дослідження……36

Висновки до розділу 2……..……37

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ПІДВИЩЕННЯ УСПІШНОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ……...39

3.1. Емпіричне дослідження факторів успішності в навчанні……...39

3.2. Рекомендації для практичних психологів щодо підтримки успішності підлітків і юнаків……53

Висновки до розділу 3……..55

ВИСНОВКИ……..56

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ……..58

ВСТУП

Актуальність дослідження психологічних факторів успішності в навчанні зумовлена зростанням уваги сучасної психології та педагогіки до проблеми особистісного розвитку підлітків і юнаків у контексті освітньої діяльності. У сучасних умовах навчальна успішність розглядається не лише як показник академічних досягнень, а як інтегральна характеристика розвитку особистості, що відображає рівень сформованості мотиваційної сфери, самооцінки, емоційної стабільності та здатності до саморегуляції. Особливої значущості ця проблема набуває у підлітковому та юнацькому віці, які є сензитивними періодами для формування життєвих цінностей, образу «Я» та мотивації досягнення.

Сучасні наукові дослідження засвідчують, що успішність навчальної діяльності значною мірою залежить не лише від інтелектуальних здібностей, а й від комплексу психологічних факторів, серед яких провідну роль відіграють навчальна мотивація, рівень самооцінки, тривожність та індивідуально-особистісні особливості. Недостатня сформованість цих чинників може призводити до зниження навчальної ефективності, емоційного напруження, втрати інтересу до навчання та труднощів у соціальній адаптації. У зв’язку з цим особливо актуальним є дослідження взаємозв’язків між психологічними характеристиками особистості та рівнем навчальної успішності в різні вікові періоди.

Метою дослідження є вивчення психологічних факторів успішності навчання підлітків та юнаків.

Об’єктом дослідження є навчальна успішність особистості, а предметом - успішність навчальної діяльності у підлітковому та юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження полягає в припущенні, що рівень навчальної успішності підлітків і юнаків зумовлений сукупністю психологічних факторів, зокрема мотивацією досягнення, рівнем самооцінки та тривожності.

Передбачається, що високий рівень мотивації до успіху та адекватна самооцінка сприяють підвищенню навчальної успішності, тоді як підвищена тривожність і мотивація уникнення невдач негативно впливають на її показники.

Відповідно до мети дослідження були поставлені такі завдання:

1. Проаналізувати наукові підходи до розуміння поняття успішності навчальної діяльності в психології;
2. Описати основні психологічні фактори, що впливають на успішність навчання;
3. Провести емпіричне дослідження мотивації, самооцінки та тривожності підлітків і юнаків;
4. Визначити взаємозв’язки між психологічними факторами та рівнем навчальної успішності;
5. Розробити психологічні рекомендації щодо підвищення ефективності навчальної діяльності.

Методологічну основу дослідження становлять принципи системності, детермінізму, єдності свідомості та діяльності, а також положення вікової та педагогічної психології, представлені у працях Л.С. Виготського, Б.Г. Ананьєва, Г.С. Костюка, С.Л. Рубінштейна, С.Д. Максименка. Теоретичною базою дослідження є концепції навчальної мотивації (С.С. Занюк, Дж. Аткінсон), теорії самооцінки та «Я-концепції» (К. Роджерс, М.Й. Боришевський), соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

Методи дослідження. У роботі використано комплекс теоретичних та емпіричних методів: аналіз і узагальнення наукової літератури; психодіагностичні методики, зокрема методика діагностики мотивації до успіху та уникнення невдач Т. Елерса, методика дослідження самооцінки Дембо–Рубінштейн, шкала тривожності Спілберґера–Ханіна; методи математико-статистичної обробки даних (кореляційний аналіз).

База дослідження. Емпіричне дослідження проводилося на базі закладу освіти. У вибірку увійшли підлітки та юнаки, які навчаються у середніх та вищих навчальних закладах.

Наукова новизна дослідження полягає у виявленні особливостей взаємозв'язку між мотиваційною сферою, самооцінкою, тривожністю та навчальною успішністю у підлітковому та юнацькому віці.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання отриманих результатів у практиці роботи психологів і педагогів для розробки програм психологічного супроводу та підвищення ефективності навчальної діяльності учнів і студентів.

Публікації:

1. Березовська Ольга Михайлівна ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ УСПІШНОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ. Інформаційне суспільство: технологічні, економічні та технічні аспекти становлення (випуск 105): матеріали Міжнародної наукової інтернетконференції, (м. Тернопіль, Україна, м. Ополе, Польща, 11-12 грудня 2025 р.) / редкол. : О. Патряк та ін. ГО "Наукова спільнота", WSZIA w Opolu. Тернопіль : ФО-П Шпак В.Б. 2025. 193 с. – ISSN 2522-932X

2. *Березовська О. М.* ПСИХОЛОГІЧНІ ФАКТОРИ УСПІШНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ВПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ. The 4th International scientific and practical conference "Science, technology and global challenges" (December 4-6, 2025) CPN Publishing Group, Tokyo, Japan. 2025. 831 p.

3. Березовська Ольга Михайлівна НАВЧАЛЬНА МОТИВАЦІЯ УЧНІВ: ПОНЯТТЯ, ЧИННИКИ ТА ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ. Інформаційне суспільство: технологічні, економічні та технічні аспекти становлення (випуск 106): матеріали Міжнародної нукової інтернет конференції, (м. Тернопіль, Україна, м. Ополе, Польща, 15-16 січня 2026 р.) /

редкол. : О. Патряк та ін. ГО “Наукова спільнота”, WSZIA w Opolu. Тернопіль : ФО-П Шпак В.Б. 2026. 111 с

Структура кваліфікаційної роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ УСПІШНОСТІ В НАВЧАННІ

1.1. Поняття успішності навчальної діяльності в психології

У сучасному світі успіх став важливою темою, що вивчається різними науками, такими як філософія, психологія та соціологія. В Україні питання успіху почали досліджувати лише в останні десятиліття, що пов'язано з культурними особливостями. Ю.М. Ільїна зазначає, що в країнах СНД існує архетипічне неприйняття успішності. Соціальні, політичні та економічні зміни в Україні підвищили усвідомлення цінності успіху, але досі бракує матеріалів, що диференціюють поняття успіху та успішності [15].

Успіх має об’єктивний (оцінка результатів діяльності іншими) та суб’єктивний (особиста оцінка результатів) складники. В.Г. Тульчинський виділяє кілька форм успіху, включаючи популярність і самовизначення. Ю.М. Ільїна визначає успіх як результат діяльності, що супроводжується емоційним станом. А.Р. Тугушева та Р.М. Шаміонов підкреслюють соціальну природу успіху, а Ю.В. Артамошина вказує на його двоїсте значення: оцінка результатів дій та соціальне становище. В.В. Левченко акцентує на особистісному зростанні, а В.Ю. Вінковий вважає успіхом досягнення мети, що відповідає вимогам діяльності [8].

Успіх і успішність являють собою різні концепти, незважаючи на їхню лексичну подібність. Успіх завжди пов'язаний з конкретними обставинами і, в основному, відображає зовнішнє визнання досягнень індивіда. Успішність, в свою чергу, є показником стабільності позитивних результатів особи протягом тривалого періоду і визначає, насамперед, самооцінку особи в її діяльності. Індивід може відчувати себе успішним, але не отримувати успіху у вигляді

зовнішнього визнання своїх досягнень. І навпаки, навіть за наявності успіху, оціненого оточенням, особа може не відчувати себе успішною. Концепція та технологія створення «ситуацій успіху» в навчальному процесі передбачають збіг понять «успіх» і «успішність» учня. Успіх розглядається не лише як емоційний стан, а й як ситуація, змодельована педагогом, в якій учень відчуває себе успішним на основі своїх дій [43].

Аналіз наукових джерел свідчить про те, що термін «успішність навчання» має різноманітні значення, які залежать від обраних підходів до навчального процесу. Успішність характеризується як рівень засвоєння знань, активність учня, задоволеність навчальним процесом, а також досягнення оптимальних результатів у навчанні та виконанні педагогічних завдань. Це поняття є багатогранним і складним для інтерпретації, акцентуючи увагу на здатності обирати адекватні позиції в критичних ситуаціях. Успішною особою вважається та, яка готова зустрічати виклики з відвагою та наполегливістю[7].

Поняття «успіх», «успішність» та «успішність навчання» мають різні інтерпретації, але загалом означають досягнення позитивних результатів і мети.

1. Успіх – це досягнення особистих цілей і стандартів у різних сферах життя, таких як кар'єра, фінанси та особисте задоволення.

2. Успішність – характеристика особистості, що відображає високі результати в діяльності, включаючи компетентність і продуктивність.

3. Успішність навчання – досягнення високих результатів у навчальному процесі, що оцінюється за академічними досягненнями, оцінками та здатністю застосовувати знання.

Ці терміни можуть мати різні значення в залежності від контексту, і їх оцінка є суб'єктивною, оскільки залежить від індивідуальних цілей і цінностей. Важливо також враховувати масштаб успішності, що може стосуватися як індивідуальних, так і масових результатів навчання[14].

Мотивація поведінки та діяльності є ключовою темою для психологів, оскільки вона визначає успішність будь-якої діяльності. Мотивація до навчання, що включає бажання вчитися та інтерес до навчальної діяльності, є основним чинником розвитку наскрізної компетентності – «уміння вчитися». Наукові дослідження мотивації накопичили значний обсяг методологічного та експериментального матеріалу, що дозволяє аналізувати цей психологічний феномен з різних теоретичних позицій. Незважаючи на численні підходи до вивчення мотивації, відсутня єдина інтегральна теорія, яка б об'єднала всі аспекти, такі як зовнішня та внутрішня мотивація, а також процеси ціле покладання [26].

Аналіз наукових досліджень, проведений Л. А. Первіним, вказує на різноманітність теорій мотивації, які можна класифікувати на три основні категорії: гедоністичні, теорії зростання та когнітивні. Ці категорії відображають різні підходи до розуміння мотивації, зокрема акцент на задоволенні потреб, особистісному зростанні та потребі в знаннях. Вивчення цих теорій може сприяти розробці ефективних стратегій для підвищення мотивації учнів у навчальному процесі [29].

Теорії мотивації першої групи акцентують увагу на значенні задоволення в поведінці людини. Вони підкреслюють, що потреби та драйви є основними рушійними силами, які спонукають індивіда до дій. Наприклад, у теорії драйву Р. Вудворса акцентується увага на зусиллях, які людина докладає для зниження внутрішньої напруги, що виникає через незадоволені потреби. Г. Мюррей вважає потреби основним мотиваційним поняттям, яке визначає поведінку через тиск на задоволення. К. Левін також підтримує цю думку, стверджуючи, що потреби є силою, що штовхає організм до дій. Таким чином, потреби виступають як каталізатори, які активізують поведінку, спрямовану на досягнення задоволення. Гедоністичні теорії, зокрема теорія спонукань У. Макдугала, розглядають зовнішні стимули, які асоціюються із задоволенням або

болем. Вони підкреслюють важливість активних зусиль людини для досягнення цілей, пов'язаних із задоволенням. Моделі мотивації, що базуються на афекті, також вказують на те, що організм прагне максимізувати позитивні емоції та мінімізувати негативні, що підкреслює важливість емоцій у мотиваційних процесах[29].

Гуманістичні теорії мотивації, розроблені Л. А. Первіним, акцентують на значущості самоактуалізації як ключового рушія людської поведінки. Зокрема, концепція К. Роджерса підкреслює, що всі дії особи орієнтовані на розвиток і вдосконалення, що є вродженою потребою. Ця тенденція до зростання активізується в сприятливих умовах, спонукаючи індивіда до досягнення цілей, творчості та самовираження. Представники гуманістичного підходу вважають, що доросла особа має активну природу і здатна впливати на своє життя. Вони наголошують, що мотивація є не лише реакцією на зовнішні чинники, а результатом внутрішніх прагнень до автономії та самодостатності. Таким чином, гуманістична психологія пропонує оптимістичний погляд на людську природу, вважаючи, що кожен має потенціал для особистісного зростання[31].

Дослідники, такі як Маслоу та Роджерс, вважають, що мотивація особистісного та інтелектуального зростання є вродженою рисою людини, яка не може бути пояснена лише прагненням до задоволення. Люди постійно прагнуть до щастя, ефективності та самореалізації, намагаючись стати кращими і наблизитися до ідеалу досконалості, навіть якщо досягти його неможливо. А. Маслоу провів глибокий аналіз феномена впевненості в собі, підкреслюючи його важливість у мотивації особистості. Він вважав, що впевненість у собі є ключовим джерелом творчої енергії, що дозволяє індивіду реалізувати свій потенціал. На жаль, цей аспект впевненості часто залишається поза увагою психологів і педагогів, незважаючи на його значення. Маслоу намагався розмежувати впевненість у собі від гордині та гріховної гордості, що свідчить про його глибоке розуміння цих понять. Таким чином, важливо звертати увагу

на впевненість у собі як на важливий елемент особистісного розвитку. Розуміння її ролі може допомогти в навчанні та вихованні, сприяючи формуванню більш творчих і впевнених особистостей[28].

Когнітивний напрямок у психології виник з гуманістичної психології, акцентуючи увагу на пізнавальних процесах для глибшого розуміння мотивації. У цих теоріях мотивація розглядається як когнітивно-афективний процес, що спонукає до поведінки, орієнтованої на досягнення конкретних цілей. Це підкреслює значущість внутрішньої мотивації, яка вважається основою розвитку особистості. Дослідники в рамках когнітивного підходу акцентують увагу на внутрішніх аспектах мотивації, таких як очікування результатів та інтерпретація успіхів чи невдач. Це свідчить про те, що, замість фокусування на зовнішніх факторах, які можуть впливати на мотивацію, вони досліджують, як особисті переконання та уявлення формують мотиваційні процеси. Таким чином, когнітивний підхід пропонує новий погляд на мотивацію, акцентуючи увагу на внутрішніх механізмах, які визначають поведінку особи. Це дозволяє краще усвідомити, як особистісні фактори впливають на мотивацію та як їх можна стимулювати для досягнення цілей[13].

У сучасній психології соціально-когнітивний підхід є основним у вивченні мотивації та базових потреб людини. Теорія А. Бандури підкреслює важливість взаємодії між поведінковими, когнітивними факторами та навколишнім середовищем, що формує людську поведінку. Цей підхід акцентує на постійному взаємному детермінізмі, де оточення впливає на особистість, але й сама особистість може впливати на свою поведінку. Концепція самоефективності, що є частиною теорії Бандури, отримала широке визнання в психології. Вона базується на результатах досліджень, пов'язаних із локусом контролю, каузальними атрибуціями та навченою безпомічністю. Саме ця концепція визначає, як люди оцінюють свої здібності організовувати дії для досягнення певних результатів, що є важливим аспектом їхньої мотивації.

Бандура вважає самоефективність ключовою детермінантою людської поведінки, оскільки вона впливає на те, як людина ставиться до своїх можливостей і досягнень. Розуміння цього поняття може допомогти в розвитку особистісного потенціалу та покращенні якості життя, оскільки воно стимулює людей до активних дій і досягнення цілей[38].

А. Бандура у своїх дослідженнях аналізує концепцію самоефективності, яка має значний вплив на мотивацію, когнітивні та емоційні процеси, а також на успішність діяльності. Він зазначає, що самоефективність формується на основі чотирьох основних джерел інформації: особистого досвіду, спостереження за іншими, вербальних переконань та емоційного стану. Ці джерела взаємодіють у процесі самопереконання, що є складним когнітивним процесом. Оцінка власної ефективності здійснюється через аналіз і інтеграцію отриманих даних, що дозволяє індивіду формувати уявлення про свої можливості. Таким чином, самоефективність виступає важливим фактором, що впливає на поведінку та досягнення. Бандура підкреслює, що самоефективність не є статичною характеристикою, а динамічним процесом, який може змінюватися в залежності від нових досвідів та інформації. Це акцентує важливість розвитку позитивного ставлення до власних можливостей для досягнення успіху в різних сферах діяльності[35].

Складність та багатогранність проблеми мотивації навчальної діяльності обумовлює різноманітність підходів до її сутності, природи, структури та методів дослідження. На противагу зовнішній мотивації, внутрішня мотивація до будь-якої діяльності розглядається як невід'ємний стан радості, натхнення та задоволення від виконуваних дій. Внутрішня мотивація є наслідком взаємодії особи з оточенням і тісно пов'язана із самою діяльністю [10].

Згідно з думкою М. Лук’янова, основою внутрішньої навчальної мотивації є пізнавальний інтерес, що виникає у зв'язку з предметом навчання, при цьому

здобуття знань виступає метою діяльності учня, а не засобом для досягнення інших цілей [22].

О. Е. Коваленко та Н. В. Корольова зазначають, що зовнішня мотивація ґрунтується на заохоченнях, покараннях та інших формах стимуляції, які можуть або спрямовувати, або стримувати поведінку особи. Внутрішня мотивація, натомість, сприяє отриманню задоволення від роботи, викликає інтерес, радісне збудження та підвищує самооцінку особистості[16].

Важливо зазначити, що мотивація навчальної діяльності, як і будь-який інший вид, визначається низкою специфічних факторів. По-перше, це система чи установа, в якій здійснюється діяльність; по-друге, організація навчального процесу; по-третє, індивідуальні особливості членів шкільного колективу (вік, стать, інтелектуальний розвиток, здібності, рівень домагань, самооцінка тощо) та їхні взаємовідносини; по-четверте, суб'єктивні особливості вчителя і його ставлення до учнів та до навчального процесу діяльністю[19].

Отже, успіх розглядається як складне явище, що включає об'єктивні та суб'єктивні компоненти, соціальне становище, особистісний розвиток і самореалізацію. Мотивація поведінки та навчальної діяльності є критично важливим фактором для досягнення успіху, оскільки вона визначає рівень залученості, ефективності та задоволення від діяльності. Дослідження мотивації виявляють різні підходи: гедоністичний, що акцентує на задоволенні потреб; гуманістичний, що орієнтується на самоактуалізацію і особистісний ріст; когнітивний, що підкреслює роль внутрішніх уявлень і очікувань; а також соціально-когнітивний, що враховує взаємодію особистості з оточенням і вплив концепції самомотивації. Важливо розрізняти внутрішню та зовнішню мотивацію: внутрішня стимулює пізнавальний інтерес і приносить задоволення від самої діяльності, тоді як зовнішня базується на заохоченнях, покараннях та соціальних стимулах. Таким чином, для підвищення ефективності навчальної діяльності та формування успішної особистості необхідно враховувати

комплекс факторів, що впливають на мотивацію, поєднуючи підтримку внутрішніх потреб, розвиток впевненості у собі та створення сприятливого навчального середовища.

1.2. Навчальна мотивація: поняття, чинники, рівні й теоретичні підходи

Мотивація, як внутрішній стимул, підтримує досягнення цілей і може бути внутрішньою або зовнішньою. Самодисципліна допомагає контролювати себе, розподіляти час і зосереджуватися на завданнях. Розвиток цих навичок є ключовим для досягнення успіху. Внутрішня мотивація, що виникає з особистих інтересів і цінностей, також важлива для навчання. Створення стимулюючого середовища та активна участь учнів сприяють її розвитку, що веде до постійного самовдосконалення та успіху в навчанні[25].

Дослідник Я. М. Демченко зазначає, що для ефективного формування мотивації важливо спостерігати за розвитком пізнавальних мотивів учнів на уроках за кількома критеріями: зосередженість уваги, зацікавленість у процесі діяльності; бажання активно брати участь в обговоренні питань; прагнення з’ясувати незрозуміле; активність протягом усього уроку; доповнення та виправлення відповідей однокласників; постановка запитань вчителю та товаришам; адекватність реакцій на успіхи та невдачі; покращення успішності з предмету **[**9**].**

Науковець Л. І. Божович, окрім пізнавальних мотивів, також акцентує увагу на соціальних мотивах, які пов’язані з аспектами, що виходять за межі самої навчальної діяльності. Це мотиви, які орієнтовані на взаємодію з іншими людьми під час навчального процесу; знання в даному контексті не є метою навчання, учень може відчувати відчуженість від процесу пізнання. Навчальна діяльність стає мотивованою лише тоді, коли оволодіння змістом навчального предмета служить засобом для досягнення інших цілей, таких як отримання

високої оцінки, похвали, визнання однокласників, виконання вимог вчителя тощо **[**21**]**

Навчальна мотивація визначається як сукупність внутрішніх і зовнішніх спонукань, що формують ставлення учня до навчальної діяльності та спрямовують його поведінку на досягнення пізнавальних цілей, освоєння навчального матеріалу та саморозвиток. Вона є ключовим компонентом навчальної діяльності, адже від рівня мотивації залежить активність, наполегливість і ефективність навчання в цілому. Психологи підкреслюють, що навчальна мотивація тісно пов’язана з потребами, інтересами, цінностями та усвідомленими цілями учня, які формуються під впливом соціального, педагогічного та особистісного середовища [12].

Формування навчальної мотивації визначається комплексом факторів. Значну роль відіграє освітня система та навчальний заклад, у яких реалізується навчальний процес, а також організація самого процесу навчання, педагогічні стратегії та система оцінювання. Не менш важливими є індивідуальні особливості учня, такі як вік, інтелектуальний розвиток, здібності, рівень самооцінки та взаємодія з однокласниками, оскільки вони формують сприйняття навчання й суб’єктивну мотивацію [19].

Певний вплив на мотивацію має також особистісний фактор педагога: ставлення вчителя до учня, стиль спілкування та здатність створювати підтримуючу атмосферу можуть посилювати або, навпаки, знижувати зацікавленість у навчанні. Крім того, значення має специфіка навчального предмета, рівень складності та практична значущість матеріалу, оскільки саме це визначає інтерес учнів до певної дисципліни[29].

Психолого-педагогічні дослідження виділяють п’ять рівнів навчальної мотивації. На першому рівні учні характеризуються високим пізнавальним мотивом, активно беруть участь у навчальному процесі, сумлінно виконують завдання та відповідально ставляться до досягнення навчальних цілей. Другий

рівень характеризується доброю шкільною мотивацією, коли учні успішно справляються з навчальними завданнями, хоча частина мотивації може бути ситуативною. Третій рівень визначається позитивним ставленням до школи, але основний інтерес учнів пов'язаний із позанавчальною діяльністю та соціальною взаємодією з однокласниками та вчителями. Четвертий рівень відображає низьку мотивацію, коли школярі відчувають труднощі з навчанням, часто пропускають заняття та легко відволікаються на сторонні справи. На п'ятому рівні відзначається негативне ставлення до школи, шкільна дезадаптація та труднощі у взаємодії з однокласниками і вчителями, що може супроводжуватися стресом та нервово-психічними порушеннями[12].

Сучасні теоретичні підходи до вивчення мотивації в освіті розглядають її через призму різних моделей. Зокрема, теорія самовизначення (Self-Determination Theory) розрізняє внутрішню мотивацію, що виникає через задоволення від самої діяльності, та зовнішню мотивацію, обумовлену винагородами або зовнішніми стимулами. Теорія очікування-цінності (Expectancy-Value Theory) підкреслює, що мотивація учня залежить від очікуваної успішності у завданні та значущості, яку він надає цьому завданню. Атрибуційна теорія досліджує способи пояснення учнями своїх успіхів і невдач, а соціально-когнітивні підходи наголошують на ролі соціального середовища та власної ефективності у формуванні навчальної мотивації [39].

Таким чином, навчальна мотивація є багатофакторним явищем, що формується під впливом соціального середовища, особистісних особливостей учня та педагога, специфіки навчального предмета та організації навчального процесу. Вона безпосередньо визначає ефективність навчальної діяльності, рівень активності та результативність навчання, а також сприяє або перешкоджає соціальній та психологічній адаптації учнів у шкільному середовищі.

Отже, навчальна мотивація є ключовим чинником, що впливає на ефективність навчальної діяльності, оскільки вона визначає активність, наполегливість і цілеспрямованість учнів у процесі здобуття знань. Формування мотивації відбувається під впливом внутрішніх спонукань, пов'язаних із пізнавальними інтересами та цінностями учня, а також зовнішніх стимулів, що виникають у соціальному та педагогічному середовищі. Рівень навчальної мотивації залежить від численних факторів, таких як освітня система, організація навчального процесу, педагогічна діяльність, індивідуальні особливості учня, специфіка навчального предмета та підтримка з боку вчителя. Різні наукові підходи, зокрема теорії самовизначення, очікуваної цінності, атрибуційна та соціально-когнітивні моделі, дозволяють провести комплексний аналіз механізмів формування мотивації та шляхів її розвитку. Таким чином, навчальна мотивація є не лише умовою для ефективного навчання, а й важливим чинником соціальної та психологічної адаптації учнів у шкільному середовищі, що визначає їхній успіх у навчанні та особистісний розвиток.

1.3. Психологічні чинники, що впливають на успішність навчання (мотивація, самооцінка, тривожність, когнітивні стилі, емоційна регуляція тощо)

Всебічний розвиток особистості починається в дитинстві та продовжується під час навчання у вищій школі, де відбуваються важливі моральні та особистісні зміни. Успіх у навчанні залежить від наполегливості, управлінських навичок та організації середовища, тоді як стрес і недостатня підготовка можуть заважати [40].

Дослідження впливу психологічних і психофізіологічних особливостей учнів на їх навчальну успішність охоплює риси темпераменту, характеру, здібності, мотивацію та інші фактори. Виділено індивідуальні показники, що

впливають на успішність, зокрема конституцію та нейродинаміку. Учні з пікнічним типом конституції швидше втомлюються і потребують частого повторення матеріалу, тоді як «астенікам» краще давати завдання в порядку зростання складності. Нейродинаміка, згідно з І. П. Павловим, є фізіологічною основою темпераменту, що впливає на навчальні досягнення. Успішність навчання залежить від типу нервової системи, де учні зі сильною системою мають більше шансів на успіх [48].

Учні зі слабкою нервовою системою стикаються з труднощами в умовах тривалої напруженої роботи, динамічної вербально-інтерактивної взаємодії, виправлення невдалих відповідей, відволікань, розподілу уваги, галасливої обстановки та роботи з емоційно нестабільними вчителями. Учні з інертною нервовою системою мають проблеми при виконанні різноманітних завдань, швидкому викладі матеріалу, суворих часових обмеженнях, частих відволіканнях та необхідності швидких відповідей на запитання[45].

Вплив здібностей на успішність навчання школярів залежить від їх місця в структурі особистості та життєвих цінностях. Здібності включають загальний і соціальний інтелект, спеціальні здібності та креативність. Позитивний зв'язок між успішністю навчання та спеціальними здібностями, такими як сенсорні, моторні та професійні, є важливим. Низький рівень професійних здібностей може негативно вплинути на навчання, тоді як їх розвиток сприяє успіху в навчанні. Соціальний інтелект, що включає комунікативні здібності, є важливим для професій, пов'язаних з людьми, і може компенсувати низький рівень загального інтелекту та креативності [40].

Розвиток особистості в підлітковому та юнацькому віці є важливою темою в психології та педагогіці. Цей період характеризується формуванням самосвідомості, самооцінки, мотивації та здатності до саморегуляції. Зміни в соціальних відносинах та внутрішні протиріччя сприяють розвитку індивідуальних особливостей і автономії. В.О. Сухомлинський підкреслює

суперечність між бажаннями підлітка та його можливостями, що впливає на мотивацію до навчання та формування позитивної "Я-концепції". Ці суперечності можуть бути як стимулом до розвитку, так і джерелом конфліктів у міжособистісних відносинах [4].

Формування успішної особистості в підлітковому віці є однією з основних тем сучасної психології, педагогіки та соціології. Успішність особистості, як зазначають Федорченко Т.Є. та інші дослідники, базується на гармонійному розвитку когнітивних, соціальних і емоційних аспектів. Підлітковий вік, будучи чутливим періодом для формування особистісних характеристик, відкриває унікальні можливості для розвитку здатності до самореалізації, критичного мислення та співпраці. У цьому контексті навчальна діяльність є ключовим механізмом, через який реалізуються ці завдання. Особливо важливим є формування позитивної «Я-концепції», яка слугує основою для усвідомлення власного потенціалу та розвитку мотивації до досягнень вже у юнацькому віці[2].

Розуміння успіху та успішності в науковій літературі має багатогранний характер. Відповідно до визначення В. Кириченка, успіх розглядається як результат діяльності, що визнається значущим як для індивіда, так і для суспільства. У той же час Ю. Назар підкреслює, що успішність є динамічною характеристикою особистості, яка відображає здатність досягати поставлених цілей через систематичну діяльність та позитивний життєвий досвід. Важливо зазначити, що успіх не завжди пов'язаний із зовнішнім визнанням; він може бути внутрішньо мотивованим і ґрунтуватися на досягненні особистісного задоволення від виконаних завдань[6].

Навчальна діяльність є ключовим фактором формування успішної особистості. Інноваційні педагогічні методи, такі як гейміфікація, портфоліо та case-study, розвивають необхідні компетентності для самореалізації, підвищують зацікавленість учнів і формують відповідальність за досягнення.

Інтерактивні методи допомагають учням усвідомити свої сильні сторони та ставити цілі. Проєктне навчання розвиває навички співпраці та критичного мислення[7].

Соціальне середовище, зокрема сім'я, відіграє важливу роль у розвитку життєвих навичок і самооцінки. Психологічна безпека та підтримка дорослих є важливими для успішного розвитку особистості. У школі вчителі повинні підтримувати критичне мислення, творчість і саморефлексію у підлітків та юнаків[1].

Дж. Аткінсон вважає, що мотивація досягнення успіху виникає з прагнення до досягнень і уникнення невдач, що потребує підтримки самооцінки учнів. Соціальна підтримка є важливою для відчуття спільноти, що стимулює активність. Сучасні теоретичні моделі успіху, такі як концепції А. Маслоу та Дж. Келлі, підкреслюють важливість самореалізації та балансу між самооцінкою і соціальними очікуваннями. Інші дослідники, як К. Меррелл і Дж. Гімпел, акцентують на розвитку соціальних навичок, які можна формувати через педагогічні стратегії, що інтегрують учнів у навчальну діяльність[32].

Успішність у навчанні залежить від багатьох факторів, зокрема самодисципліни, яка є здатністю контролювати свої дії для досягнення цілей. Високий рівень самодисципліни допомагає студентам ефективно використовувати час, зосереджуватися на завданнях і зберігати мотивацію. Важливими є також планування та організація навчання, які забезпечують структурований підхід, допомагають уникати непродуктивних дій і розвивають ментальні процеси. Встановлення ясних цілей і завдань стимулює студентів досягати результатів і підвищує їхню мотивацію, що сприяє ефективному навчанню[33].

Успішність школяра в навчанні залежить від зовнішніх факторів (особливості та зміст матеріалу, форма викладу, значущість) та внутрішніх (рівень розвитку научуваності, інтелектуальні якості). Научуваність включає

глибину, широту, самостійність, критичність, раціональність, оригінальність, послідовність і гнучкість мислення[34].

С. С. Занюк зазначає, що будь-яка діяльність людини обумовлена певними мотивами, оскільки мотиви є причинами, які спонукають до виконання цієї діяльності. Таким чином, мотивація являє собою комплекс спонукальних факторів, що визначають активність особистості; до них належать мотиви, потреби, стимули та ситуативні чинники, які впливають на поведінку людини [14].

Мотив досягнення, як стійка характеристика особистості, вперше був виділений Г. Мюрреєм і розглядався як стійке прагнення виконати завдання швидко та якісно, досягти певного рівня в будь-якій діяльності. Подальші дослідження цього мотиву, проведені такими вченими, як Д. Мак-Клелланд і Х. Хекхаузен, виявили дві незалежні мотиваційні тенденції: прагнення до успіху та прагнення уникнути невдачі. У цьому контексті мотив досягнення демонструє, наскільки людина прагне підвищити рівень своїх можливостей [34.].

Особистість завжди знаходиться в системі цінностей, які змінюються з епохами, але фундаментальні залишаються незмінними. Власні цінності формуються через виховання, навчання, працю та соціальне середовище. Важливо, щоб особистість розвивала свої цінності як орієнтири в житті. Самооцінка не є незалежною і залежить від оцінок оточуючих. Самосвідомість пов'язана з рефлексією та сприйняттям себе, розкриваючи індивідуальність. Знання про себе змінюється з часом і формує самооцінку. Існують два види самооцінки: глобальна (загальна) та часткова (різні аспекти особистості). Самооцінка може бути адекватною або неадекватною, зокрема завищеною чи заниженою. Вона формується під впливом порівняння реального та ідеального «Я», оцінок оточення та успішних дій [36].

Самооцінка сучасної людини формується під впливом порівняння реального і ідеального «Я», оцінок оточення та успішних дій. Вона може бути

заниженою, завищеною або адекватною, що впливає на впевненість особистості. Занижена самооцінка викликає невпевненість, страх перед майбутнім і стримування активності, що заважає реалізації потенціалу. Люди з такою самооцінкою схильні фокусуватися на невдачах, вважаючи успіх випадковістю, що призводить до зниження рівня домагань і вибору легших шляхів вирішення проблем М.Пірен. Деонтологія конфліктів та управління. Навчально-практичний посібник. – Київ, 2001..

Самооцінка не є статичним, вродженим аспектом особистості. Формування самооцінки відбувається в процесі діяльності та міжособистісної взаємодії. Соціальне середовище значною мірою впливає на розвиток самооцінки особистості. Коли самооцінка стає стабільною, вона може змінюватися в значній мірі, проте її можна коригувати, змінивши ставлення оточуючих. Таким чином, формування оптимальної самооцінки значною мірою залежить від об'єктивної оцінки з боку інших людей. Адекватна самооцінка в контексті взаємодії з іншими є одним з ключових показників соціально-психологічної адаптації. Якщо самооцінка спотворена, це може стати достатньою умовою для соціальної дезадаптації. [23].

У працях Галкіна Т.В. [6], Захарова А.В. [8], Чєснокова І.І. [16] підкреслюється, що основна функція самооцінки в психічному житті особистості полягає в її ролі необхідної умови та основного внутрішнього важеля самореалізації поведінки і діяльності. Завдяки інтеграції самооцінки в структуру мотивації, особистість здійснює безперервне співвідношення своїх можливостей і внутрішніх психологічних резервів з метою та засобами діяльності. Вища форма саморегуляції на основі самооцінки проявляється у творчому ставленні до власної особистості, що виявляється в бажанні змінити та удосконалити себе[5].

Галкіна Т.В. [6] виокремлює три основні функції самооцінки: прогностичну, актуальну та ретроспективну. Прогностична функція полягає в

оцінці суб’єктом своїх можливостей і визначенні ставлення до них, актуалізуючись перед початком діяльності. Актуальна самооцінка виявляється в оцінці та корекції виконавчих дій під час здійснення діяльності. Ретроспективна самооцінка охоплює оцінку досягнутих рівнів розвитку, результатів діяльності та наслідків вчинків, беручи участь у визначенні перспектив розвитку суб’єкта. У процесі актуалізації ретроспективної самооцінки суб’єкт відзначає як позитивні, так і негативні аспекти своєї діяльності та особистості. Усі три види самооцінки тісно взаємопов’язані; в реальному процесі діяльності спостерігаються їх взаємопереходи та взаємопроникнення[11].

Психологічна наука виокремлює різні види самооцінок. При адекватній самооцінці суб’єкт правильно співвідносить свої можливості та здібності, критично оцінює себе, намагається реально оцінювати свої невдачі та успіхи, ставить перед собою досяжні завдання. У випадку неадекватно завищеної самооцінки у людини формується спотворене уявлення про себе, ідеалізований образ своєї особистості та можливостей, а також власної цінності для оточуючих і спільної справи. У таких випадках особа може ігнорувати невдачі, підтримуючи звичну високу оцінку самої себе, своїх вчинків і справ, розглядаючи невдачі як наслідок несприятливих обставин, що не залежать від її дій[5].

Мотивація до успіху тісно пов'язана з самооцінкою та рівнем домагань особистості. Дослідники зазначають, що успіх у діяльності залежить не лише від здібностей і знань, але й від мотивації, прагнення до самоствердження та досягнення високих результатів. Мотивація визначає потенційні можливості особистості, активність або пасивність суб’єкта в професійній діяльності, а також сприяє професійному розвитку спеціаліста [7].

Мотив досягнення успіху — це прагнення особи досягати успіхів у діяльності та спілкуванні. Мотив уникнення невдач є відносно стійким прагненням уникнути невдач у життєвих ситуаціях, пов'язаних з оцінкою

результатів діяльності іншими людьми. Мотивація досягнення успіху також пов'язана з такою особистісною характеристикою, як локус контролю. Локус контролю — це риса, що характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім факторам і обставинам (зовнішній локус) або власним зусиллям і здібностям (внутрішній локус). Схильність до зовнішнього локусу контролю властива людям, які не впевнені у своїх здібностях, неврівноважені, несамостійні в прийнятті рішень і часто безвідповідальні. Натомість люди з внутрішнім локусом контролю є послідовними, наполегливими у досягненні мети, впевненими в собі, врівноваженими, незалежними, схильними до самоаналізу та критичної самооцінки [14].

Розвиток самооцінки в підлітковому віці є важливим аспектом виховання. Підлітки переживають фізичні, психологічні та емоційні зміни, які впливають на їхню самооцінку та самовпевненість. Позитивна самооцінка допомагає формувати ідентичність і розуміти свої сильні сторони, тоді як низька самооцінка може призводити до невпевненості, уникання викликів і негативного сприйняття себе. Успішна навчальна діяльність сприяє соціальній адаптації та підвищує самоповагу. Підлітки з низькою самооцінкою можуть відчувати себе відокремленими, мати труднощі у спілкуванні та страждати від емоційних проблем, таких як тривога і депресія. Впевненість у своїх здібностях мотивує підлітків досягати успіху в житті[3].

Отже, успішність навчання підлітків і студентів залежить від поєднання внутрішніх і зовнішніх психологічних факторів. Серед ключових внутрішніх чинників виділяють: мотивацію досягнення успіху, яка визначає активність і прагнення до самореалізації; самооцінку**,** що впливає на впевненість у власних здібностях і здатність ставити досяжні цілі; тривожність та емоційну регуляцію**,** що визначають стійкість до стресових ситуацій; когнітивні стилі та научуваність**,** що забезпечують ефективне засвоєння знань; самодисципліну та

організаційні навички**,** які сприяють плануванню та досягненню результатів; локус контролю, що визначає відповідальність за результати діяльності.

Серед зовнішніх факторів важливу роль відіграють соціальне середовище та підтримка сім'ї**,** педагогічні методики, інтерактивні та проєктні форми навчання, що стимулюють критичне мислення, самостійність, співпрацю та самореалізацію.

Таким чином, успішне навчання формується через взаємодію особистісних ресурсів та соціального середовища, що забезпечує розвиток позитивної «Я-концепції», активну мотивацію та високий рівень саморегуляції, необхідних для досягнення академічних і життєвих успіхів.

Висновок до розділу 1

Успішність навчальної діяльності є складним явищем, яке охоплює об'єктивні та суб'єктивні складники, соціальне становище, особистісний розвиток і самореалізацію. Вона визначається не лише рівнем засвоєння знань, але й мотивацією, самооцінкою, емоційною регуляцією, когнітивними стилями, соціальною підтримкою та іншими психологічними факторами. Мотивація виступає ключовим чинником успіху в навчанні, оскільки формує активність, наполегливість і цілеспрямованість учнів. Вона проявляється у двох формах: внутрішній, що базується на пізнавальному інтересі та задоволенні від самої діяльності, та зовнішній, що ґрунтується на заохоченнях, оцінках та соціальних стимулах.

Сучасні теоретичні підходи до мотивації, такі як гедоністичний, гуманістичний, когнітивний і соціально-когнітивний, акцентують увагу на різних механізмах, які визначають прагнення до досягнень, самореалізації та розвитку особистості. Важливу роль у формуванні успішності відіграють також самооцінка та впевненість у собі, здатність до самодисципліни та планування діяльності, розвиток когнітивних і соціальних компетентностей, а також сприятливе соціальне та педагогічне середовище.

Таким чином, ефективність навчальної діяльності та успішність особистості є результатом взаємодії внутрішніх психологічних механізмів, особистісних характеристик, мотиваційних ресурсів і зовнішніх умов. Комплексний підхід до аналізу цих чинників дозволяє створювати сприятливі умови для розвитку активності, самостійності, критичного мислення та соціальної адаптації учнів, що є основою їхнього особистісного зростання та успішності в навчанні.

РОЗДІЛ 2
МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Характеристика психодіагностичних методик дослідження

Питання психологічних факторів успішності особистості у підлітковому та юнацькому віці є актуальним як для науки, так і для практичної психології та педагогіки. У цей період формується система цінностей, мотиваційна спрямованість, особистісні риси та рівень самооцінки, що безпосередньо впливають на навчальні досягнення, соціальну активність та майбутнє професійне самовизначення.

Мета даного дослідження полягала у всебічному вивченні психологічних чинників, що визначають успішність особистості у підлітковому та юнацькому віці, та виявленні взаємозв'язків між зовнішніми показниками успішності, внутрішньою мотиваційною сферою, особистісними характеристиками та самооцінкою. Для досягнення цієї мети було використано комплекс методів, що поєднують аналіз об'єктивних результатів навчальної діяльності та психодіагностичне дослідження внутрішніх характеристик особистості. Такий системний підхід дозволяє більш глибоко зрозуміти особливості становлення успішності та визначити ключові фактори, які впливають на її розвиток у підлітків і юнаків.

Для реалізації мети емпіричного дослідження та розв'язання поставлених завдань було використано комплекс взаємодоповнювальних методів, що дозволили всебічно вивчити психологічні чинники успішності особистості у підлітковому та юнацькому віці. Методичний інструментарій поєднував аналіз зовнішніх показників навчальної діяльності з дослідженням внутрішніх мотиваційних, особистісних і ціннісних характеристик респондентів.

Аналіз зовнішніх показників успішності

З метою оцінки об'єктивних критеріїв успішності було здійснено аналіз середнього семестрового балу учнів, а також їхньої участі у позакласній та

позашкільній діяльності (гуртки, конкурси, освітні проєкти, творчі заходи). Додатково враховувалися педагогічні характеристики та відгуки класних керівників. Даний підхід дозволив сформувати цілісне уявлення про навчальну та соціальну активність респондентів і виокремити групи з різним рівнем зовнішньої успішності.

Метод суб'єктивного ранжування показників успішності

Для вивчення внутрішніх критеріїв успішності було використано метод суб'єктивного ранжування «Показників успішності», що містив адаптований перелік із десяти критеріїв. До них належали: високі оцінки, похвала педагогів, соціальне визнання, статус серед однолітків, розвиток навичок, духовне задоволення від навчання, самореалізація, кар'єрні перспективи, матеріальне благополуччя та можливість зайняття високої посади у майбутньому. Респондентам пропонувалося розташувати показники за ступенем їх особистої значущості. Методика дала змогу виявити домінуючі мотиваційні орієнтації та вікові відмінності у ціннісному розумінні успішності.

Методика «Кар'єрні якорі» Є. Шейна (адаптація)

Для дослідження професійних орієнтацій особистості застосовувалася методика «Кар'єрні якорі» Є. Шейна в адаптованому варіанті для підлітків та юнаків. Методика дозволяє визначити домінуючі кар'єрні орієнтації, що зумовлюють професійний вибір і поведінку особистості. У дослідженні аналізувалися такі орієнтації, як стабільність, розвиток, управління, автономність, творчість та соціальна значущість. Отримані результати дали змогу простежити вікову динаміку професійного самовизначення.

«П'ятифакторний особистісний опитувальник» (адаптація А. Хромова)

З метою вивчення індивідуально-психологічних особливостей респондентів було використано «П'ятифакторний особистісний опитувальник» в адаптації А. Хромова. Методика спрямована на діагностику базових рис

особистості: екстраверсії, доброзичливості, сумлінності, нейротизму та відкритості досвіду. Даний інструмент дозволив виявити особистісні ресурси та обмеження, що впливають на навчальну та соціальну успішність у підлітковому й юнацькому віці.

Методика «Діагностика самооцінки» Дембо–Рубінштейн

Для дослідження рівня та адекватності самооцінки застосовувалася методика Дембо–Рубінштейн. Вона дозволяє визначити співвідношення між реальним рівнем самооцінки та рівнем домагань особистості. Аналіз результатів дав змогу виявити ступінь узгодженості образу «Я», внутрішні суперечності, а також їхній вплив на мотивацію та поведінку респондентів.

Методики «Мотивація до успіху» та «Мотивація до уникнення невдач» Т. Елерса

Для вивчення мотиваційної спрямованості особистості використовувалися методики Т. Елерса, які дозволяють визначити рівень прагнення до досягнення успіху та схильність до уникнення невдач. Отримані дані дали змогу проаналізувати співвідношення двох провідних мотиваційних тенденцій і простежити вікові відмінності у мотиваційній структурі підлітків і юнаків.

Вибір психодіагностичних методик у дослідженні обумовлений потребою комплексного аналізу психологічних факторів, що впливають на навчальну успішність підлітків та юнаків. Аналіз середнього балу та додаткової освітньої активності забезпечив оцінку об’єктивних показників успішності, тоді як суб’єктивне ранжування показників успіху дало змогу виявити індивідуальні уявлення учнів про значущі критерії досягнень.

Методика «Кар’єрні якорі» Едгара Шейна була використана для визначення професійних орієнтацій, які впливають на навчальну мотивацію та спрямованість діяльності. «П’ятифакторний особистісний опитувальник» (адаптація А. Хромова) надав можливість дослідити риси особистості, зокрема сумлінність, відкритість досвіду та нейротизм, що пов’язані з академічними

досягненнями. Методика Дембо–Рубінштейн дозволила оцінити рівень і адекватність самооцінки як важливого регулятора навчальної активності. Методики «Мотивація до успіху» та «Мотивація до уникнення невдач» Теодора Елерса спрямовані на виявлення провідних мотиваційних тенденцій, які визначають поведінку учнів у ситуації досягнення.

Отже, застосований комплекс методів забезпечив цілісне вивчення взаємозв'язку особистісних, мотиваційних і ціннісних характеристик із рівнем навчальної успішності.

Методи математико-статистичної обробки даних

Для обробки результатів дослідження застосовувалися методи кількісного та якісного аналізу. Зокрема, використовувався кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона, який дозволив виявити взаємозв'язки між показниками успішності, мотиваційної сфери, особистісними рисами та рівнем самооцінки. Статистична обробка результатів забезпечила наукову обґрунтованість отриманих висновків.

Застосування комплексу психодіагностичних методик дозволило забезпечити системний підхід до вивчення психологічних факторів успішності особистості. Поєднання об'єктивних і суб'єктивних показників дало можливість всебічно проаналізувати особливості становлення успішності у підлітковому та юнацькому віці й виявити ключові психологічні чинники, що визначають її динаміку.

2.2. Організація та методи дослідження

Емпіричне дослідження проводилося упродовж травня –червня 2025 року на базі Житомирського ліцею №33. У дослідженні взяли участь 60 осіб, поділених на дві групи:

- **30 підлітків** — учні 8-х класів, середній вік становив 14 років (16 хлопців та 14 дівчат);

- **30 юнаків** — учні 10-х класів ліцею, середній вік становив 16 років (17 хлопців та 13 дівчат).

Метою емпіричного дослідження було визначення особливостей взаємозв'язку психологічних характеристик з рівнем успішності підлітків та юнаків у навчанні й становленні особистості.

Успішність розглядалася за двома групами критеріїв:
— **зовнішні критерії**, що охоплювали середній бал успішності за семестр, відгуки педагогів, участь у конкурсах, гуртках та освітніх проєктах;
— **внутрішні критерії**, які включали суб'єктивну оцінку власних досягнень, задоволення від навчання, уявлення про особисті цілі та можливості самореалізації.

Для реалізації мети дослідження було використано комплекс психодіагностичних методик:

- аналіз середнього балу та додаткової освітньої активності для оцінки зовнішніх показників успішності;
- суб'єктивне ранжування «Показників успішності» (адаптований перелік із десяти критеріїв: високі оцінки, похвала педагогів, соціальне визнання, розвиток навичок, духовне задоволення від навчання, кар'єрна перспектива, статус серед однолітків, самореалізація тощо);
- методика «Кар'єрні якорі» Є. Шейна (адаптована для підлітків та юнаків), що дозволяє визначити провідні орієнтації у професійному становленні (стабільність, розвиток, управління, творчість, самостійність);
- «П'ятифакторний особистісний опитувальник» (адаптація А. Хромова), який дає можливість виявити основні риси особистості (екстраверсія, доброзичливість, сумлінність, нейротизм, відкритість досвіду);
- методика «Діагностика самооцінки» (Дембо–Рубінштейн) для визначення рівня та адекватності самооцінки респондентів;
- методика «Мотивація до успіху» Т. Елерса;

- методика «Мотивація до уникнення невдач» Т. Елерса.

Застосування зазначених методів дозволило поєднати аналіз об’єктивних результатів навчальної діяльності з оцінкою внутрішніх мотивів та особистісних характеристик учасників дослідження. Це забезпечило можливість комплексного вивчення взаємозв’язків між психологічними особливостями підлітків і юнаків та рівнем їхньої навчальної й соціальної успішності.

Висновок до розділу 2

Застосування комплексу взаємодоповнювальних методів забезпечило системний підхід до вивчення психологічних чинників успішності особистості у підлітковому та юнацькому віці. Поєднання об’єктивних показників (середній бал, участь у позакласних заходах, педагогічні характеристики) та суб’єктивних індикаторів (мотиваційні орієнтації, кар’єрні пріоритети, особистісні риси, самооцінка) дозволило сформувати цілісне уявлення про становлення успішності.

Методика суб’єктивного ранжування показників успішності та адаптовані інструменти «Кар’єрні якорі» і П’ятифакторний особистісний опитувальник дозволили виявити домінуючі мотиваційні тенденції та вікові відмінності у ціннісних орієнтаціях, а також простежити динаміку професійного самовизначення.

Використання методик Дембо–Рубінштейн та Т. Елерса дозволило оцінити рівень адекватності самооцінки, внутрішні суперечності образу «Я» та співвідношення між прагненням до успіху і уникненням невдач, що є ключовими детермінантами навчальної та соціальної успішності.

Статистична обробка даних, зокрема кореляційний аналіз, підтвердила наявність значущих взаємозв’язків між зовнішніми показниками успішності, мотиваційною сферою, особистісними рисами та рівнем самооцінки респондентів.

Отримані результати дають підстави стверджувати, що успішність у підлітковому та юнацькому віці формується під впливом комплексного поєднання зовнішніх умов, внутрішніх мотиваційних орієнтацій та особистісних ресурсів, що визначає її динаміку та специфіку проявів.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ТА ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

3.1. Емпіричне дослідження факторів успішності в навчання

Проблема успішності навчання в підлітковому та юнацькому віці є актуальною у зв’язку з інтенсивним формуванням мотиваційної сфери, самооцінки, особистісних рис і професійних орієнтацій. Успішність розглядається як комплексний феномен, що поєднує зовнішні показники (навчальні досягнення, соціальна активність) та внутрішні чинники (мотивація, цінності, особистісні характеристики, рівень саморегуляції).

Метою дослідження є виявлення психологічних факторів успішності навчання у підлітків та юнаків і встановлення взаємозв’язків між зовнішніми та внутрішніми критеріями. Для цього проаналізовано показники навчальної діяльності, мотивацію досягнення, самооцінку, особистісні риси та професійні орієнтації респондентів.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів для психологічного супроводу учнівської молоді та формування внутрішньої мотивації до навчання і самореалізації.

Проблема успішності навчання в підлітковому та юнацькому віці є надзвичайно актуальною через інтенсивний розвиток мотиваційної сфери, самооцінки, особистісних рис і професійних орієнтацій. Успішність розглядається як комплексний феномен, що об'єднує внутрішні психологічні чинники (мотивація, цінності, особистісні характеристики, рівень саморегуляції) та зовнішні показники (навчальні досягнення, середній бал, участь у позашкільній діяльності, соціальне визнання).

Зовнішні показники відіграють критично важливу роль у навчальній діяльності підлітків і юнаків, оскільки вони слугують об'єктивним індикатором

результативності та соціального схвалення. У підлітковому віці оцінки та похвала значущих дорослих часто стають основним джерелом мотивації та засобом підтвердження власної значущості. У юнацькому віці зовнішні досягнення набувають додаткового значення як основа професійного самовизначення, формування репутації та майбутніх освітніх і кар'єрних можливостей. Таким чином, зовнішня успішність не лише відображає рівень навчальних результатів, а й суттєво впливає на формування самооцінки, життєвих планів та соціальної позиції особистості.

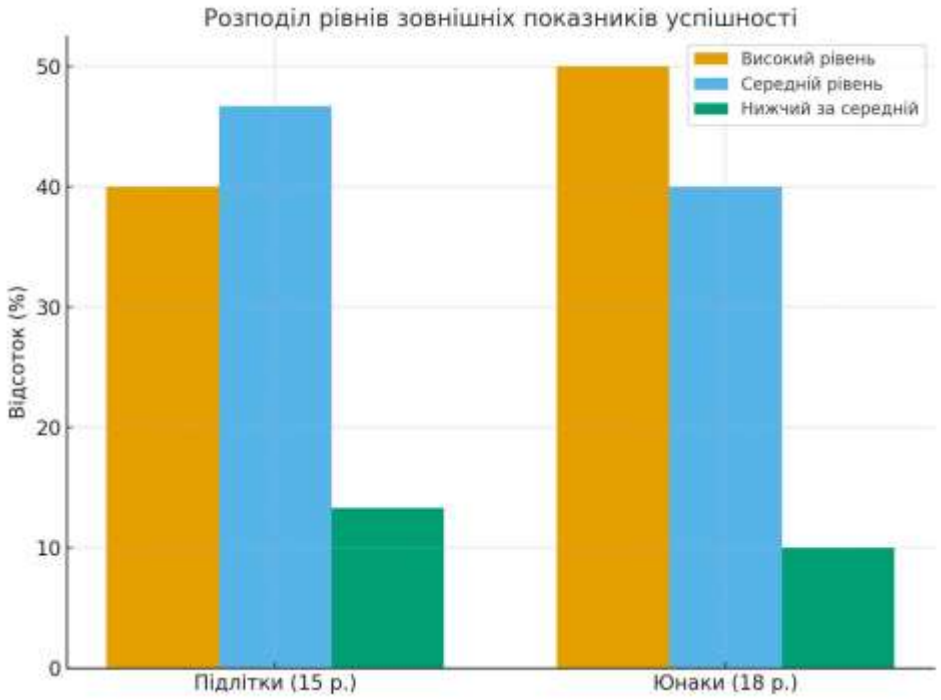

Рис. 3.1.: Розподіл рівнів зовнішніх показників успішності

За результатами аналізу середнього балу та додаткових активностей підлітків і юнаків було виявлено певні відмінності у рівнях зовнішніх показників успішності.

Серед підлітків 15 років 12 осіб, що становить 40%, демонструють високий рівень навчальних досягнень та соціальної активності. Вони мають відмінні оцінки, беруть активну участь у гуртковій діяльності, творчих і навчальних конкурсах. Це свідчить про їхню високу мотивацію до навчання та

прагнення до соціальної самореалізації. Найбільша група, що включає 14 осіб (46,7%), характеризується середнім рівнем успішності. Ці респонденти мають стабільні результати у навчанні на рівні «добре», однак їхня позаурочна активність носить переважно епізодичний характер. Це може відображати прагнення досягати певних результатів без достатньої системності. Лише 4 підлітки, що становить 13,3%, виявили нижчі за середні показники. Вони мають низькі оцінки та мінімально залучені до соціально-освітньої діяльності. Такі учні становлять групу ризику і потребують додаткової педагогічної та психологічної підтримки.

Серед юнаків 18 років простежується інша тенденція. Половина опитаних – 15 осіб (50%) – належать до групи високого рівня. Вони не лише демонструють високі навчальні результати, але й активно беруть участь у соціально значущій діяльності. Це свідчить про більш виражений рівень відповідальності та самостійності у порівнянні з молодшими підлітками. Дванадцять осіб (40%) віднесено до групи середнього рівня. Їхні навчальні досягнення та соціальна активність загалом задовільні, проте не завжди відзначаються високою стабільністю, що може бути пов’язано з етапом професійного самовизначення, коли значна увага юнаків зосереджується на майбутньому виборі професії. Лише три юнаки (10%) мають нижчі за середні результати, що є меншим показником, ніж серед підлітків. Це свідчить про поступове дозрівання особистості, відповідальніше ставлення до навчання та життєвих обов’язків.

Узагальнюючи отримані дані, можна зазначити, що частка респондентів із низькими результатами в обох групах не перевищує 15%. Переважна більшість як підлітків, так і юнаків демонструє середній або високий рівень навчальної та соціальної успішності. Водночас простежується позитивна вікова динаміка: у юнацькому віці зростає кількість осіб із високими показниками та зменшується

кількість тих, хто має низькі результати. Це вказує на поступове формування зрілої мотивації досягнень, відповідальності та активної соціальної позиції.

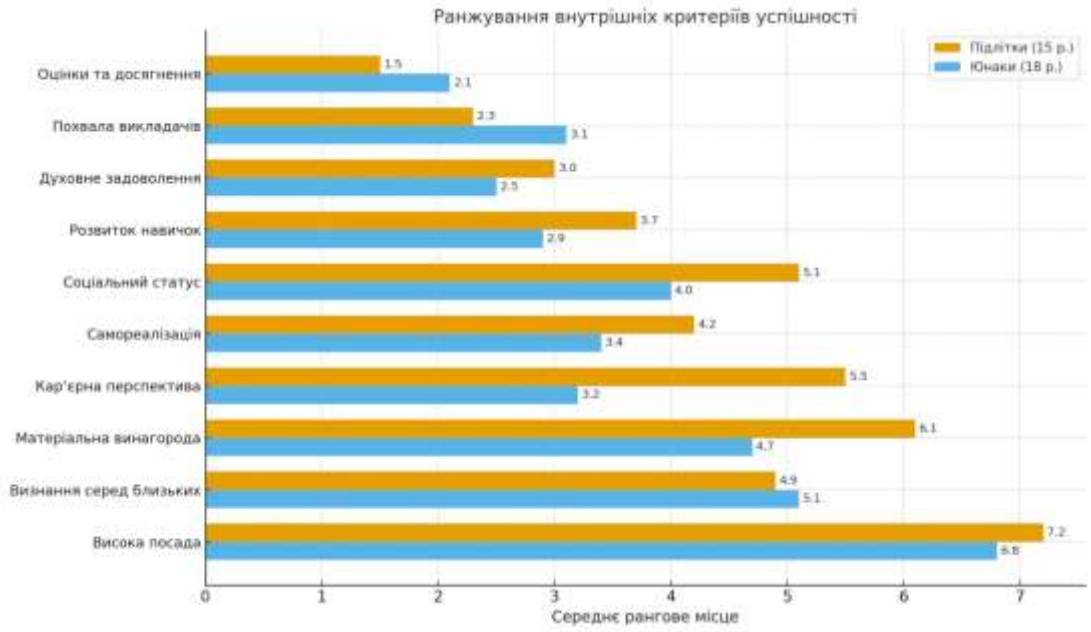

Рис. 3.2: Ранжування внутрішніх критеріїв успішності

Респонденти здійснили суб'єктивне ранжування показників власної успішності. Аналіз виявив відмінності між підлітками та юнаками, що відображають особливості їхньої мотиваційної спрямованості та ціннісних орієнтацій.

У групі підлітків 15 років найвищі позиції займають оцінки та навчальні досягнення (середнє рангове місце 1,5) і похвала від учителів (2,3). Це свідчить про значну орієнтацію на зовнішні чинники, зокрема на оцінювання дорослими та схвалення з боку значущих осіб. Дещо нижче розташувалися показники внутрішньої мотивації — духовне задоволення від навчання (3,0) та можливість розвитку навичок (3,7). Хоча ці фактори мають певне значення, вони поступаються зовнішнім критеріям. Самореалізація та креативність (4,2), а також соціальний статус серед однолітків (5,1) відіграють другорядну роль, але поступово набувають більшої ваги у процесі особистісного розвитку.

Перспективні чинники, такі як кар’єрні можливості (5,5), матеріальна винагорода у майбутньому (6,1) та висока посада (7,2), опинилися на останніх місцях. Це пояснюється віковими особливостями: підлітки більше зосереджені на актуальних результатах, ніж на довгострокових перспективах.

У групі юнаків 18 років структура ранжування суттєво змінюється. Провідні позиції займають внутрішні чинники — духовне задоволення від навчання (2,5), можливість розвитку навичок (2,9) та орієнтація на кар’єрні перспективи (3,2). Це свідчить про поступовий перехід від зовнішньої оцінки до внутрішніх мотивів і прагнення професійного самовизначення. Важливе місце посідають також самореалізація та креативність (3,4), а також соціальний статус серед однолітків (4,0), що демонструє поєднання особистісного розвитку із соціальним визнанням. Хоча оцінки та похвала від викладачів залишаються значущими (2,1 і 3,1 відповідно), вони вже не мають визначальної ролі. Матеріальні фактори, як-от матеріальна винагорода (4,7) та висока посада (6,8), займають середні та нижчі позиції. Вони мають більше значення, ніж у підлітків, однак не є головним орієнтиром.

Порівняльний аналіз результатів показує, що підлітки орієнтовані переважно на зовнішні критерії успіху — високі оцінки, похвалу та схвалення дорослих. Це зумовлено залежністю від дорослого оточення та потребою підтвердити власну значущість через зовнішнє підкріплення. У юнаків, навпаки, спостерігається переорієнтація на внутрішні критерії: вони більше цінують самореалізацію, розвиток здібностей, професійні перспективи й можливості майбутнього. Таким чином, відбувається закономірний віковий перехід від зовнішньої мотивації до внутрішньої, що супроводжується зростанням усвідомленості життєвих цілей і поступовим формуванням зрілої системи цінностей.

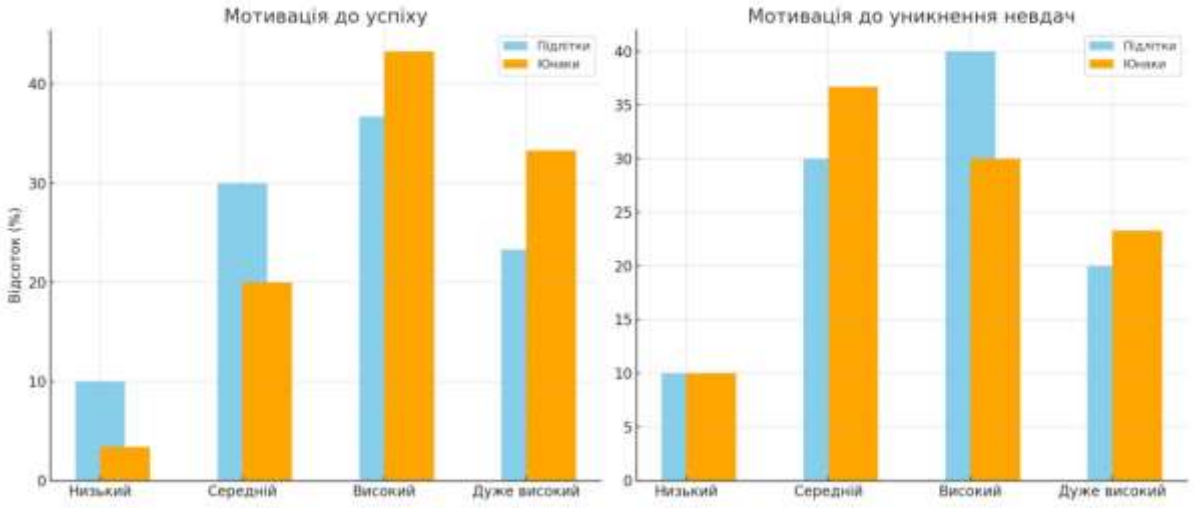

Рис. 3.3: Мотивація до успіху та уникнення невдач серед підлітків та юнаків

Результати, отримані за методиками Т. Елерса, дозволяють виявити суттєві відмінності у структурі мотиваційної сфери підлітків та юнаків. У сфері мотивації до успіху у підлітків 15-річного віку простежується тенденція до вираженої орієнтації на досягнення: понад половина респондентів (60%) мають високий та дуже високий рівні. Це свідчить про прагнення бути успішними серед однолітків, здобувати визнання педагогів та батьків, а також демонструвати значущі результати у навчанні та поза ним. Водночас майже третина підлітків (30%) перебуває на середньому рівні, що вказує на ситуативність їхньої орієнтації на успіх, тоді як 10% характеризуються низьким рівнем мотивації. Останнє може бути наслідком нестійкої самооцінки, недостатнього досвіду у подоланні труднощів або відсутності підтримки з боку значущого оточення.

На відміну від підлітків, серед юнаків 18-річного віку спостерігається більш сформована і стабільна спрямованість на досягнення. Так, 76,6% респондентів цієї групи демонструють високий і дуже високий рівні мотивації до успіху, що значно перевищує показники підлітків. Лише 20% юнаків

перебувають на середньому рівні, а низький рівень виявлено лише у 3,4%. Це вказує на те, що у юнацькому віці відбувається зміцнення вольових якостей, підвищується усвідомлення власних цілей і зростає здатність брати відповідальність за їх досягнення. Зріліше ставлення до майбутнього і більша соціальна включеність стимулюють активнішу реалізацію потреби в успіху.

Аналіз мотивації до уникнення невдач також демонструє певні вікові відмінності. У підлітків 15 років частка респондентів із високим та дуже високим рівнями становить 60%, що свідчить про значний вплив страху перед невдачею на їхню поведінку. Середній рівень, притаманний 30% підлітків, вказує на нестійкість між орієнтацією на досягнення і побоюванням помилок. Лише 10% мають низький рівень уникнення невдач, що є позитивною ознакою, оскільки демонструє здатність діяти без надмірної залежності від страху критики. У юнаків картина виглядає дещо збалансованішою: 53,3% мають високий і дуже високий рівень уникнення невдач, що все ж нижче, ніж у підлітків. Водночас зростає частка респондентів із середнім рівнем (36,7%), а кількість тих, хто демонструє низький рівень, залишається незмінною (10%). Це вказує на те, що юнаки поступово зменшують орієнтацію на уникнення невдач, більш усвідомлено ставляться до ризику та готові долати труднощі, розглядаючи їх як невід’ємний елемент особистісного і професійного розвитку.

Таким чином, простежується чітка вікова динаміка: у процесі переходу від підліткового до юнацького віку зростає стійка орієнтація на успіх і водночас зменшується домінування уникнення невдач. Це свідчить про поступове формування зрілої мотиваційної структури, в основі якої — прагнення досягати результатів, брати відповідальність за власні дії та здатність долати труднощі, не зосереджуючись надмірно на можливості помилок. Отримані дані узгоджуються з положеннями сучасних теорій розвитку мотивації, які підкреслюють, що у юнацькому віці домінує орієнтація на перспективу та

самореалізацію, тоді як у підлітків більш значущим є соціальне схвалення та уникнення критичних оцінок.

Дослідження особистісних характеристик підлітків та юнаків із застосуванням «П’ятифакторного особистісного опитувальника» (адаптація А. Хромова) та методики «Діагностика самооцінки» (Дембо–Рубінштейн) дозволило виявити вікові особливості формування психічних властивостей і рівня самооцінки, що відображають процес особистісного дозрівання. Аналіз результатів показав, що підлітки характеризуються високим рівнем екстраверсії та доброзичливості, що відображає активну соціальну взаємодію, схильність до колективної діяльності та потребу у спілкуванні. Водночас середній рівень сумлінності та відносно високий нейротизм свідчать про неповну сформованість самодисципліни, підвищену емоційну чутливість і схильність до стресових реакцій, що є типовим для даного вікового періоду. Відкритість досвіду у підлітків перебуває на середньому рівні, що демонструє помірну готовність до нових знань та пізнавальної активності.

У юнаків спостерігається більш гармонійний психологічний профіль. Підвищена сумлінність і стабільний рівень екстраверсії та доброзичливості свідчать про організованість, відповідальність і здатність до ефективної соціальної взаємодії. Зниження нейротизму до 20% відображає емоційну стабільність та здатність до адаптації у стресових ситуаціях. Показник відкритості досвіду демонструє готовність до нових знань і саморозвитку, що є ознакою особистісної зрілості.

Дані методики самооцінки підтверджують тенденції, виявлені у п’ятифакторному опитувальнику. Підлітки демонструють значну частку нестійкої або заниженої самооцінки у поєднанні з високим рівнем домагань, що свідчить про існування розриву між «Я-реальним» та «Я-ідеальним». Така внутрішня суперечність підвищує ймовірність внутрішніх конфліктів, тривожності та невдоволення собою. У юнаків, навпаки, самооцінка є більш

адекватною та стабільною, а рівень домагань відповідає реальним можливостям. Це свідчить про реалістичне сприйняття власних здібностей і досягнень, що сприяє розвитку емоційної стабільності та гармонійної соціальної адаптації.

Інтеграція результатів обох методик дозволяє констатувати, що вікові зміни від підліткового до юнацького періоду проявляються у підвищенні сумлінності, стабілізації емоційного стану, гармонізації соціальної активності та формуванні адекватної самооцінки. Ці дані підтверджують, що процес особистісного дозрівання супроводжується зростанням відповідальності, зниженням емоційної нестійкості та більш реалістичним ставленням до власних досягнень. Отже, формування стабільного та гармонійного психологічного профілю у юнацькому віці є результатом поєднання біологічних, соціальних і психологічних факторів розвитку.

Методика «Кар'єрні якорі» Є. Шейна, адаптована до українських умов, дозволяє виявити провідні професійні орієнтації особистості, які визначають її пріоритети у професійній діяльності та подальшому кар'єрному розвитку. Основна концепція методики ґрунтується на припущенні, що кожна особистість має домінуючий «кар'єрний якір», який формує її мотиви, очікування від роботи та поведінку у професійній сфері. Методика включає шкали, що оцінюють орієнтації на стабільність, розвиток, управління, автономність, творчість, соціальну значимість та технічну експертизу.

Результати дослідження показали, що у підлітків найбільш виражені орієнтації на стабільність та розвиток, які досягають відповідно 40% та 36,7%. Орієнтація на стабільність відображає прагнення до безпеки, передбачуваності та захищеності в професійній діяльності, що характерно для ранніх етапів формування кар'єрних намірів. Орієнтація на розвиток свідчить про зацікавленість у професійному рості, опануванні нових навичок та накопиченні компетенцій, необхідних для майбутньої діяльності. У той же час орієнтації на управління, автономність та творчість у підлітків зафіксовані на нижчих рівнях і

складають відповідно 20%, 18% та 15%, що свідчить про меншу актуальність самостійного прийняття рішень, організаційної активності та творчого самовираження на даному етапі розвитку.

У юнаків спостерігається домінування орієнтацій на управління та автономність, які досягають 43,3% та 36,7% відповідно, що демонструє зростання прагнення до незалежності, відповідальності та організаційної активності. Орієнтації на стабільність і розвиток у цій групі мають трохи нижчі показники – 33% та 30%, що відображає поступове зменшення потреби у зовнішній захищеності та планомірному накопиченні знань. Найнижчі значення у юнаків зафіксовані на шкалі творчості – 20%, що, як і в підлітків, свідчить про меншу актуальність творчої самореалізації на даному етапі професійного становлення.

Таким чином, числові показники демонструють вікову динаміку формування професійних орієнтацій. У підлітків переважає прагнення до стабільності та поступового розвитку компетенцій, тоді як юнаки більшою мірою орієнтовані на управління, автономність та самостійне прийняття рішень. Це свідчить про процес професійного дозрівання, формування внутрішньої мотивації, зростання автономності та готовності до відповідальності, що є ключовим етапом підготовки до професійного вибору та подальшої кар’єрної реалізації.

Аналіз зовнішніх критеріїв успішності показав, що як у підлітків, так і в юнаків переважають середній та високий рівні навчальної й соціальної активності. Серед підлітків 40% продемонстрували високі результати (середній бал від 9 і активна участь у позашкільних заходах), 46,7% — середній рівень, і лише 13,3% — нижчий за середній. У юнаків відповідно 50%, 40% і 10%. Це свідчить про домінування достатньо високих освітніх і соціальних досягнень у вибірці та незначну частку респондентів із низькими показниками.

Внутрішні критерії успішності, визначені шляхом суб'єктивного ранжування, засвідчили вікові відмінності у системі ціннісних орієнтацій. Для підлітків найбільш значущими є високі оцінки, схвалення дорослих та похвала педагогів. Натомість юнаки частіше орієнтуються на самореалізацію, розвиток навичок і кар'єрні перспективи, що свідчить про переорієнтацію з зовнішніх на внутрішні й довгострокові мотиватори успішності.

За результатами діагностики мотиваційної спрямованості (методики Т. Елерса) виявлено, що у підлітків і юнаків високими залишаються обидві тенденції — як мотивація до успіху, так і мотивація уникнення невдач. Водночас у юнаків вираженіший дуже високий рівень мотивації до досягнення (33,3% проти 23,3% у підлітків), тоді як у підлітків сильніше проявляється орієнтація на уникнення невдач (40% проти 30% у юнаків). Це вказує на те, що у молодшій групі зберігається чутливість до зовнішніх оцінок та ризиків, тоді як у старшій більшою мірою актуалізується прагнення до результативності й самореалізації.

Методика «Кар'єрні якорі» (Є. Шейн, адаптація) дозволила виокремити провідні професійні орієнтації. У підлітків переважають орієнтації на стабільність та розвиток, що відображає прагнення до безпеки та поступового накопичення знань. У юнаків домінують орієнтації на управління та самостійність, що демонструє зростання прагнення до незалежності, відповідальності та організаційної активності. Найнижчі показники в обох групах зафіксовані за шкалою творчості.

Результати «П'ятифакторного особистісного опитувальника» (адаптація А. Хромова) виявили, що підлітки мають вищі показники екстраверсії та доброзичливості, проте у них відзначається підвищена емоційна нестабільність (нейротизм). Юнаки характеризуються вищим рівнем сумлінності та відкритості досвіду, а нейротизм у них менш виражений. Це свідчить про більшу врівноваженість та особистісну зрілість старшої групи, тоді як для підлітків

типовішою є емоційна вразливість у поєднанні з потребою в соціальних контактах.

Методика «Діагностика самооцінки» (Дембо–Рубінштейн) показала, що у підлітків переважає нестійка або занижена самооцінка у поєднанні з високими рівнями домагань, що створює дисбаланс між реальними та бажаними досягненнями. У юнаків зафіксовано більш адекватний і стабільний рівень самооцінки, рівень домагань у них ближчий до реальних можливостей, що відображає поступове гармонійне узгодження образу «Я» з власним досвідом та результатами діяльності.

Для більш глибокого розуміння взаємозв'язків між показниками зовнішніх і внутрішніх критеріїв успішності, мотиваційної спрямованості, особистісних характеристик та самооцінки був проведений кореляційний аналіз (за коефіцієнтом Пірсона).

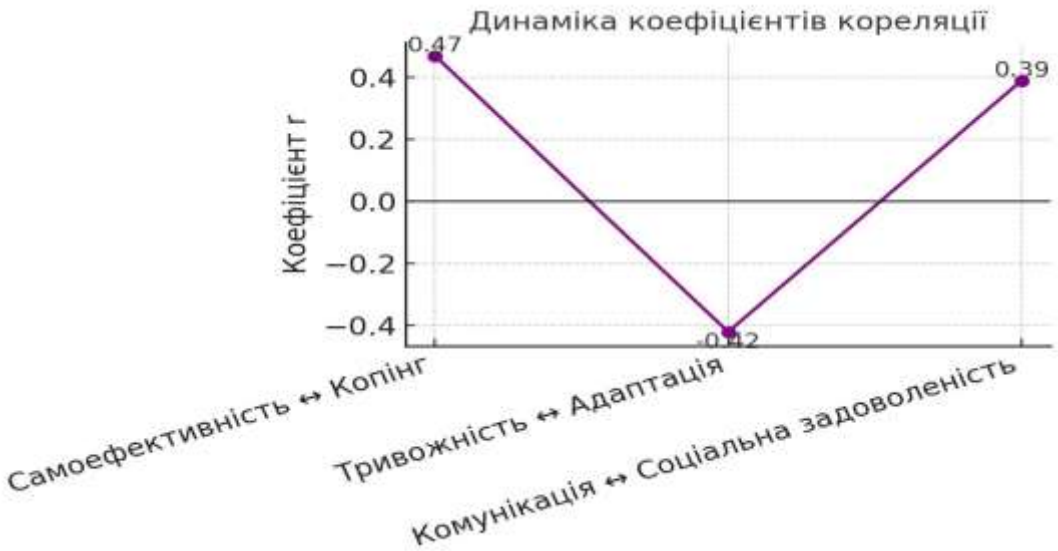

Рис. 3.4: Динаміка коефіцієнтів кореляції

Для більш глибокого розуміння взаємозв'язків між показниками зовнішніх і внутрішніх критеріїв успішності, мотиваційної спрямованості,

особистісних характеристик та самооцінки був проведений кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона. Отримані результати дозволили виокремити низку важливих тенденцій, що відображають специфіку психологічних факторів успішності у підлітковому та юнацькому віці.

Встановлено, що зовнішні та внутрішні критерії успішності тісно взаємопов'язані. Високий середній бал та активна участь у позашкільних заходах статистично значуще корелюють із суб'єктивною орієнтацією на високі оцінки та похвалу дорослих ($r = 0,41$; $p < 0,05$). У юнаків спостерігається сильніший зв'язок між зовнішніми показниками успішності та орієнтацією на самореалізацію ($r = 0,44$; $p < 0,05$), що свідчить про більшу інтегрованість навчальних досягнень у структуру особистісних цінностей.

Значущі взаємозв'язки виявлені між мотивацією до успіху та самооцінкою. Високий рівень мотивації до успіху позитивно корелює з адекватною самооцінкою ($r = 0,48$; $p < 0,01$), тоді як мотивація уникнення невдач виявляє прямий зв'язок із заниженою самооцінкою ($r = –0,39$; $p < 0,05$). У підлітків спостерігається специфічна суперечливість: високий рівень домагань супроводжується заниженою оцінкою власних можливостей ($r = –0,42$; $p < 0,05$), що підкреслює нестабільність їхнього образу «Я».

Кар'єрні орієнтації також демонструють зв'язок із особистісними характеристиками. У юнаків орієнтація на управління позитивно пов'язана з високим рівнем сумлінності ($r = 0,46$; $p < 0,01$) і низьким рівнем нейротизму ($r = –0,40$; $p < 0,05$). У підлітків орієнтація на стабільність корелює з підвищеною доброзичливістю ($r = 0,38$; $p < 0,05$), тоді як орієнтація на творчість асоціюється з відкритістю досвіду ($r = 0,44$; $p < 0,05$).

Особистісні риси виявилися тісно пов'язаними з показниками успішності. Високий рівень сумлінності має позитивний зв'язок із середнім балом ($r = 0,52$; $p < 0,01$), що підтверджує роль організованості та відповідальності у навчальній діяльності. Натомість показники нейротизму негативно корелюють як із

зовнішніми, так і внутрішніми критеріями успішності ($r = –0,36$; $p < 0,05$), що вказує на деструктивний вплив емоційної нестабільності.

Соціальний статус і визнання у міжособистісній сфері також виявили значущі асоціації. У підлітків соціальний статус серед однолітків корелює з високим рівнем екстраверсії ($r = 0,43$; $p < 0,05$), тоді як у юнаків визнання серед друзів і родини пов’язане з орієнтацією на самостійність ($r = 0,39$; $p < 0,05$).

Окрему увагу було приділено аналізу внутрішніх ресурсів особистості. Виявлено позитивну кореляцію між рівнем самоефективності та адаптивними стратегіями подолання стресу ($r = 0,47$; $p < 0,01$), що свідчить про здатність підлітків і юнаків із більш вираженою вірою у власні сили обирати конструктивні способи взаємодії з труднощами. Водночас зафіксовано негативний зв’язок між рівнем тривожності та показниками соціальної адаптації ($r = –0,42$; $p < 0,05$), що підтверджує ускладнення гармонійних стосунків у соціумі за умов підвищеної тривожності.

Значущим є і зв’язок між розвитком комунікативних умінь та рівнем задоволеності міжособистісною взаємодією ($r = 0,39$; $p < 0,05$), що підкреслює важливість сформованих навичок спілкування для досягнення психологічного благополуччя та успішності особистості. При цьому у юнаків коефіцієнти кореляції виявилися вищими, ніж у підлітків, що демонструє поступове посилення впливу психологічних факторів у процесі дорослішання.

Таким чином, результати кореляційного аналізу підтверджують гіпотезу про взаємозв’язок між внутрішніми ресурсами (самоефективність, емоційна врівноваженість, організованість) та зовнішніми проявами успішності (адаптація, комунікативна компетентність, навчальні досягнення). Отримані дані дозволяють зробити висновок, що психологічні чинники відіграють ключову роль у становленні особистості в підлітковому та юнацькому віці, визначаючи як академічну, так і соціальну успішність.

3.2. Рекомендації для практичних психологів щодо підтримки успішності підлітків і юнаків

На основі результатів емпіричного дослідження факторів успішності у підлітковому та юнацькому віці, а також кореляційного аналізу взаємозв'язків між внутрішніми ресурсами особистості, зовнішніми критеріями успішності, мотивацією та самооцінкою, розроблено рекомендації для практичних психологів, спрямовані на підвищення навчальної та соціальної ефективності учнів.

Робота з навчальною мотивацією у підлітків повинна бути спрямована на поступове трансформування орієнтації з зовнішніх на внутрішні чинники успіху. Практичний психолог може використовувати індивідуальні проєкти, творчі завдання та рефлексивні вправи, що сприяють усвідомленню власних досягнень та розвитку внутрішньої мотивації. Юнакам важливо підтримувати вже сформовану орієнтацію на внутрішні мотиви та професійні перспективи, зокрема через планування кар'єри, практичні завдання та розвиток компетенцій, що стимулюють самостійність і відповідальність у навчальній та соціальній діяльності.

Формування стабільної самооцінки також є ключовим аспектом психологічної підтримки. У підлітків доцільно використовувати арт-терапевтичні вправи, рольові ігри та рефлексивні практики для узгодження образу «Я-реального» і «Я-ідеального», що сприяє підвищенню впевненості у власних здібностях і зменшенню залежності від оцінок дорослих. Для юнаків важливо підтримувати адекватну та стабільну самооцінку через аналіз досягнень і реалістичне встановлення цілей, а також коригувати завищені очікування для гармонізації внутрішніх домагань із реальними можливостями.

Розвиток соціальних навичок і міжособистісної взаємодії є важливою складовою успішності. Практичний психолог може організовувати групові дискусії, ролеві ігри та тренінги з комунікативної компетентності, створювати

умови для позитивної соціальної взаємодії та підтримки з боку однолітків, а також впроваджувати програми наставництва, що дозволяють реалізувати соціальну активність у конструктивному руслі.

Управління тривожністю та розвиток емоційної стабільності слід інтегрувати у практичну роботу відповідно до вікових особливостей. Підліткам рекомендується навчання стратегіям подолання стресу та регуляції емоцій, а також поступове залучення до ризикованих, але керованих завдань для зменшення страху перед невдачами. Юнакам важливо підтримувати емоційну стабільність у контексті професійного та соціального самовизначення та розвивати самоефективність, що дозволяє брати відповідальність за власні дії.

Професійна орієнтація та кар'єрне консультування повинні враховувати вікові особливості. У підлітків акцент робиться на розвиток стабільності та поступового накопичення компетенцій, а також на формування базових кар'єрних намірів. Юнаки, у свою чергу, потребують підтримки у розвитку автономності, управлінських навичок та здатності до самостійного прийняття рішень, поєднуючи професійні орієнтації з внутрішніми цінностями та особистими інтересами.

Комплексний підхід до підтримки успішності передбачає інтеграцію роботи з внутрішньою мотивацією, самооцінкою, соціальною активністю та професійними орієнтаціями. Практичний психолог повинен регулярно моніторити навчальні досягнення та психологічний стан учнів, щоб своєчасно коригувати інтервенції, забезпечуючи індивідуальний підхід, який враховує вікові особливості розвитку мотивації, соціальних навичок та особистісної зрілості. Впровадження цих рекомендацій сприятиме підвищенню ефективності навчальної діяльності, соціальної адаптації та формуванню гармонійного психологічного профілю підлітків і юнаків.

Висновок до розділу 3

Результати дослідження свідчать, що підлітки та юнаки переважно демонструють середній або високий рівень навчальної та соціальної успішності, при цьому у юнаків спостерігається позитивна вікова динаміка: збільшується частка осіб із високими результатами та зменшується кількість тих, хто має низькі досягнення. У структурі факторів навчання ключову роль відіграють зовнішні показники успішності, такі як середній бал, оцінки та активна участь у позашкільних заходах і гуртках, а також внутрішні мотиви – прагнення до самореалізації, розвиток навичок, духовне задоволення від навчання та орієнтація на кар'єрні перспективи. Мотиваційна спрямованість, яка включає прагнення досягати успіху та уникати невдач, також є важливим чинником, що визначає ефективність навчальної діяльності, оскільки у підлітків спостерігається більша орієнтація на зовнішнє схвалення, тоді як у юнаків формується усвідомлена внутрішня мотивація.

Особистісні характеристики, такі як сумлінність, екстраверсія, відкритість до досвіду та емоційна стабільність, разом із адекватною та стабільною самооцінкою сприяють гармонійному розвитку навчальної успішності, а професійні орієнтації відображають вікову динаміку: підлітки більше зосереджені на стабільності та розвитку компетенцій, тоді як юнаки орієнтовані на автономність, управління та самостійне прийняття рішень. Кореляційний аналіз підтвердив тісний взаємозв'язок між зовнішніми та внутрішніми показниками успішності, мотиваційною спрямованістю, особистісними рисами та самооцінкою, що підкреслює значущість психологічних факторів у процесі навчання. Отже, підлітковий і юнацький періоди характеризуються поступовим формуванням зрілої мотиваційної структури, усвідомленням власних цілей, розвитком відповідальності та ефективних навчальних стратегій, що забезпечує гармонійний особистісний розвиток та соціальну адаптацію.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі здійснено комплексне дослідження психологічних факторів, що впливають на успішність навчальної діяльності підлітків і юнаків. Теоретичний аналіз показав, що навчальна успішність є багатовимірним явищем, яке включає як об'єктивні показники досягнень (середній бал, участь у позакласних активностях), так і суб'єктивні аспекти особистості (мотивація, самооцінка, емоційна регуляція). Розкрито сутність навчальної мотивації, її внутрішніх і зовнішніх форм, показано роль мотиваційних орієнтацій у формуванні активності, наполегливості та цілеспрямованості учнів. Встановлено, що внутрішня мотивація забезпечує задоволення від навчальної діяльності та самореалізацію, тоді як зовнішня стимулює досягнення через оцінки та соціальні заохочення.

В дослідженні підтверджено, що рівень успішності навчання значною мірою залежить від особистісних характеристик учнів, серед яких ключову роль відіграють адекватна самооцінка, здатність до самодисципліни та планування, емоційна стабільність і розвиток когнітивних і соціальних компетентностей. Показано, що взаємодія мотиваційної сфери, самооцінки та рівня тривожності визначає ефективність навчальної діяльності, а недостатня сформованість цих чинників може призводити до зниження результатів навчання та соціальної адаптації.

Емпіричне дослідження дозволило оцінити рівень навчальної успішності підлітків і юнаків, виявити взаємозв'язки між психологічними факторами та досягненнями. Результати показали, що підлітки частіше орієнтуються на зовнішні джерела стимулювання та схвалення, тоді як у юнаків формується усвідомлена внутрішня мотивація, прагнення до самореалізації та розвитку професійних компетентностей. Мотивація досягнення сприяє підвищенню успішності, тоді як висока тривожність та прагнення уникати невдач мають негативний вплив на навчальні результати. Кореляційний аналіз підтвердив

значущі зв’язки між зовнішніми та внутрішніми показниками успішності, мотиваційною сферою, особистісними рисами та рівнем самооцінки.

На основі отриманих даних сформовано психологічні рекомендації щодо підвищення ефективності навчальної діяльності, що включають розвиток внутрішньої мотивації, формування адекватної самооцінки, зниження тривожності та стимулювання активної участі у навчальному процесі. Практична значущість роботи полягає у можливості застосування результатів для розробки програм психологічного супроводу учнів і студентів, спрямованих на гармонійний особистісний розвиток, формування ефективних навчальних стратегій та соціальної адаптації.

Таким чином, поставлені завдання виконані: здійснено теоретичний аналіз поняття успішності навчальної діяльності; розкрито психологічні фактори, що впливають на успішність; проведено емпіричне дослідження мотивації, самооцінки та тривожності; визначено значущі взаємозв’язки між психологічними факторами та рівнем навчальної успішності; розроблено рекомендації щодо підвищення ефективності навчальної діяльності підлітків і юнаків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алексєєва М. І. Мотиви навчання учнів. Київ : Рад. школа, 1974.
2. Балашов Е. М. Мотивація навчальної діяльності у студентів та підлітків : монографія. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. 224 с.
3. Бандура А. Self-efficacy: The exercise of control. New York : Freeman and Co, 1997.
4. Бех І. Д. Зростаюча особистість у психометодичних контурах. Методист. 2020. № 5 (101). С. 16–27.
5. Білецький О. М. Мотиваційний компонент у структурі самооцінки особистості. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. 2012. № 1009. С. 14–18.
6. Блетскан Д. І., Глухов К. Є., Фролова В. В. Electronic structure of 2H-SnSe2: ab initio modeling and comparison with experiment. Semiconductor Physics, Quantum Electronics & Optoelectronics. 2016.
7. Боришевський М. Й. Дорога до себе: від основ суб’єктності до вершин духовності : монографія. Київ : Академвидав, 2010. 416 с.
8. Воронка М. Мотивація навчальної діяльності як засіб підвищення якості знань учнів. Початкова школа. 2008. № 5. С. 28–31.
9. Гладиш Т. Формування мотивів і мотивації навчально-пізнавальної діяльності. Проблеми підготовки сучасного вчителя. 2012.
10. Городняк І. В. Соціопсихологічні фактори успіху. Соціологія і психологія : навч. посіб. / за ред. Ю. Ф. Пачковського. Київ : Каравелла, 2012. С. 619–628.
11. Даценко О. А. Психологічний аналіз концепту «успішність». Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2022. Т. 33 (72), № 5. С. 9–14.
12. Демченко Я. М. Засоби формування мотивації навчання молодших школярів. Педагогіка та психологія. 2015. № 47. С. 14–24.

13. Дзюбко Л. В., Гриценок Л. І. Мотивація навчальної діяльності як психолого-педагогічна проблема. Психодіагностика : зб. наук. пр. Переяслав-Хмельницький, 2009. Вип. 4. С. 33–43.
14. Дмитрієва С. М., Гуменюк Т. С. Розвиток самооцінки та рівня домагань старшокласників як умова підвищення їх конкурентоздатності. Конкурентоспроможність в умовах глобалізації: реалії, проблеми та перспективи : матеріали наук.-практ. конф. Житомир, 2015. С. 35–37.
15. Драганчук Т. Мотивація підлітків до навчання в школі. Основи здоров'я. 2014. № 7. С. 2–8.
16. Дуброва О. М. Навчальна мотивація як специфічний компонент навчальної діяльності. Вісник ЧНУ. 2016.
17. Дячук В. Діагностика мотивів навчання у школярів. Психолог. 2010. № 15. С. 16–18.
18. Занюк С. С. Психологія мотивації. Київ : Либідь, 2002. 304 с.
19. Калошин В. Ф. Життєві обставини й успіх. Завучу. Усе для роботи. 2011. № 11–12. С. 53–59.
20. Козаков В. А. Успіх, самоповага і домагання. Психологія діяльності та навчальний менеджмент : у 2 ч. Ч. 1. Київ : КНЕУ, 2000. С. 129–132.
21. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : Рад. школа, 1989. 608 с.
22. Кулаков Р. С. Особливості становлення самооцінки та рівня домагань старшокласників як психологічних детермінант їх професійного самовизначення : автореф. дис. … канд. психол. наук. Київ, 2013.
23. Легін В. Б. Рефлексивні вміння у навчальній діяльності молодших школярів. Молодий вчений. 2018. № 10 (62). С. 73–77.
24. Лук'янова М. Психологія навчальної мотивації школярів. Відкритий урок. 2006. № 3–4. С. 26–32.

25. Максименко С. Д. Психологія навчання: нові методики та підходи. Київ : Знання, 2021.
26. Маляр Л. В., Ваколя З. М. Особливості мотивації учнів до навчальної діяльності. Херсон : Гельветика, 2021.
27. Микитюк С. О., Микитюк С. С. Мотивація навчальної діяльності як ресурс освітнього процесу. Збірник наукових праць Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого. 2021. № 76, т. 2. С. 121–126.
28. Михайлишин Г. Й., Довга М. М. Успішність особистості: філософський та психолого-педагогічний контекст. Наукове мислення. 2017. С. 50–56.
29. Мотивація на успіх / О. Данилейко та ін. Стратегія успіху. Житомир, 2005. С. 7–32.
30. Ніцу Ю. Вплив мотиваційного чинника на якість знань старшокласників. Школа. 2014. № 5. С. 10–24.
31. Роджерс К. Вчитися бути вільним. Гуманістична психологія : антологія : у 3 т. Київ : Пульсари, 2001. Т. 1. С. 38–61.
32. Основи практичної психології : підручник. Київ : Либідь, 2001.
33. Особистісна зрілість як проблема сучасної психології : колективна монографія / за ред. З. М. Мірошник. Кривий Ріг, 2019. 220 с.
34. Прядко Н. О. Мотивація досягнення як детермінанта успіху в професійній діяльності особистості. Вісник. 2015. № 127. С. 177–180.
35. Психологічна діагностика мотивації особистості до навчання в умовах інформаційного суспільства : монографія / за ред. Н. В. Пророк. Київ : Слово, 2020. 131 с.
36. Психологічні фактори ефективного учіння учнів : зб. ст. / за ред. М. В. Левченка, О. В. Скрипченка. Київ, 1995. С. 2–61.
37. Психологія : підручник / за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ : Либідь, 1999. 558 с.
38. Ратушний О. О. Особливості самооцінки у підлітковому віці. Актуальні проблеми психології в закладах освіти. 2022. № 4. С. 74–79.

39. Самсонова О. Формування самостійності у підлітковому віці: психологічний підхід. Дніпро : Академія, 2019.
40. Сердюк Л. З. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій студентської молоді. Освіта регіону. 2012. № 2. С. 311–317.
41. Скрипник А. Ю., Мельничук С. Л. До історії дефініцій понять «мотивація» і «мотив». Вектор Поділля. 2021.
42. Соціально успішна особистість: сутність і технології виховання : навч.-метод. посіб. / за ред. Т. Є. Федорченко. Кропивницький : Імекс ЛТД, 2022. 181 с.
43. Чумак В. В. Вікова психологія : навч. посіб. Бердянськ : Ткачук О. В., 2015. 192 с.
44. Якимчук І. П. Специфіка уявлень здобувачів вищої освіти про успішність навчання. Вісник Національного університету оборони України. 2023. № 2. С. 161–166.
45. Educational Psychology Review. Theories of Motivation in Education: An Integrative Framework. 2023.
46. Malykhin O., Aristova N., Melikova S. Soft skills development strategies for computer engineering and information technologies undergraduate students devised in the process of learning English. Environment. Technologies. Resources. 2021. Vol. 2. P. 255–260.
47. Motevalli S., Perveen A., Michael M. T. Motivating students to learn: An overview of literature in educational psychology. International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development. 2020.
48. Stelnicki A. M., Nordstokke D. W., Saklofske D. H. Who is the successful university student? An analysis of personal resources. Canadian Journal of Higher Education. 2015. № 45 (2). P. 214–228.
49. Topuzov O., Malykhin O., Aristova N. et al. Individualized learning in the context of blended mode of the educational process in secondary school: challenges and expectations. Society. Integration. Education. 2022. Vol. 1. P. 560–571