

АНОТАЦІЯ
кваліфікаційної роботи на здобуття
освітнього ступеня бакалавра
Мартинової Поліни Олегівни
САМООЦІНКА ЯК ЧИННИК САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ
ПЕРІОДУ РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ
м. Одеса, 2025 рік

Випускна кваліфікаційна робота складається з двох розділів. У роботі розглядаються психологічні особливості самооцінки, її види та функції, а також її роль у процесі самореалізації особистості в період ранньої дорослості.

У ході дослідження використано методики: шкала самоповаги М. Розенберга, методика самооцінки Ковальова та тест професійної самореалізації О. Гаврилової. Результати аналізу показали, що 49,8 % респондентів мають низький рівень самооцінки, 46,3 % — середній, і лише 3,9 % — високий. У вибірці жінок виявлено більшу варіативність самооцінки, тоді як у чоловіків не зафіксовано високого рівня самооцінки. Між самооцінкою та самореалізацією було встановлено статистично значущий кореляційний зв'язок ($r=0,387$; $p<0,001$ та $r=0,336$; $p<0,001$). Було виявлено, що адекватна самооцінка прямо корелює з вищим рівнем самореалізації, впевненістю в собі та активною життєвою позицією.

Практична значущість роботи. Отримані результати можуть бути використані практичними психологами та консультантами для розробки програм психологічної підтримки молоді, спрямованих на розвиток адекватної самооцінки як основи особистісної самореалізації.

Ключові слова: самореалізація, самооцінка, рання дорослість, особистісний розвиток, самовизначення, психологічна зрілість.

ABSTRACT

Bachelor's Thesis by Martynova Polina Olegivna
The influence of self-esteem on self-realization in early adulthood
053 «Psychology», for the educational program «Psychology» Odessa
National Economic University. Odessa, 2025

This Bachelor's thesis consists of two chapters. The work examines the psychological features of self-esteem, its types and functions, as well as its role in the process of self-realization of the individual in early adulthood.

The following methods were used in the study: M. Rosenberg's self-esteem scale, Kovalev's self-esteem methodology, and O. Gavrilova's professional self-realization test. The results of the analysis showed that 49.8 % of respondents have a low level of self-esteem, 46.3 % - an average level, and only 3.9 % - a high level. In the sample of women, a greater variation in self-esteem was found, while men did not have a high level of self-esteem. A statistically significant correlation was found between self-esteem and self-realization ($r=0.387$; $p<0.001$ and $r=0.336$; $p<0.001$). It was found that adequate self-esteem is directly correlated with a higher level of self-realization, self-confidence and an active life position.

Practical significance of the study: the results obtained can be used by practical psychologists and counselors to develop psychological support programs for young people aimed at developing adequate self-esteem as the basis for personal self-realization.

Keywords: self-realization, self-esteem, early adulthood, personal development, self-determination, psychological maturity.