МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

на тему: ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ЦИФРОВОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

Виконала: студентка ІІІ курсу за скороченим терміном навчання, групи 6.0533-2с
спеціальності 053 Психологія
освітньої програми Психологія
Кремпович Дарина Станіславівна
Керівник: к.психол.н., доцент кафедри психології Скрипаченко Т.В.
Рецензент: Phd, викладач кафедри психології Околович О.С.

Запоріжжя – 2026

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти бакалаврський
Спеціальність: 053 Психологія
Освітня програма: Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ
В.о. завідувача кафедри психології
к.психол.н., доцент Н.О. Губа
_____
«___» _____ 2026 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Кремпович Дарині Станісавівні

Тема роботи Психологічні особливості формування самооцінки у дітей молодшого шквлного віку в умова цифрового освітного середовища
керівник роботи Скрипоченко Т. В., к. псих. н., доцент кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від «08» грудня 2025 року № 1779-с
2. Строк подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: проаналізувати наукові підходи до розуміння самооцінки в психології; охарактеризувати вікові особливості дітей молодшого шкільного віку; здійснити теоретичний аналіз впливу цифрового освітнього середовища на формування самооцінки дітей; провести емпіричне дослідження особливостей формування самооцінки молодших школярів в умовах цифрового освітнього середовища та проаналізувати його результати.
5. Перелік графічного матеріалу: 5 рисунків та 6 таблиць.

6. Консультанти розділів роботи:

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Скрипоченко Т.В., доцент		
Розділ 1	Скрипоченко Т.В., доцент		
Розділ 2	Скрипоченко Т.В., доцент		
Розділ 3	Скрипоченко Т.В., доцент		
Висновки	Скрипоченко Т.В., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Термін виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	грудень 2025 р.	Виконано
2	Робота над вступом	січень 2026 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	лютий 2026 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	березень 2026 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	квітень 2026 р.	Виконано
6	Написання висновків	квітень 2026 р.	Виконано
7	Передзахист	травень 2026 р.	Виконано
	Нормоконтроль	травень 2026 р.	Виконано

Студент_____ Д. С. Кремпович

Керівник роботи_____Т. В. Скрипаченко

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ І. І. Менсітов

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота бакалавра: 54 сторінки, 6 таблиць, 5 рисунків, 40 джерел, 7 додатків.

Об’єктом дослідження - генезис та розвиток системи самооцінки у дітей на етапі молодшого шкільного віку.

Предметом дослідження - сукупність психологічних механізмів та особливостей, що визначають специфіку формування самооцінки молодших

Мета дослідження - всебічне вивченні та теоретико-емпіричне обґрунтування психологічних чинників і закономірностей, що детермінують становлення самооцінки учнів початкових класів у просторі сучасних цифрових освітніх технологій.

Гіпотеза: передбачається, що інтенсивність використання цифрового освітнього середовища впливає на особливості самооцінки і рівеньтривожності молодших школярів.

Методи дослідження: теоретичні - системний аналіз літератури, порівняння та узагальнення концептуальних підходів; емпіричний - анкетування та психологічне тестування (методика дослідження самооцінки в адаптації українських психологів; шкала тривожності Ч. Спілбергера; методики С. В. Чайкіної).

Наукова новизна полягає у комплексному дослідженні трансформації самооцінки молодших школярів саме в умовах цифрового освітнього простору, що залишається недостатньо концептуалізованим у сучасній психології. Виявлено характер взаємозв’язку між цифровою активністю, рівнем тривожності та стабільністю самооцінки дитини.

Галузь використання: психологія та педагогіка; результати можуть бути впроваджені в діяльність шкільних психологічних служб та педагогів для розробки програм підтримки адекватної самооцінки учнів в умовах активного використання ІТ-технологій.

САМООЦІНКА, МОЛОДШИЙ ШКІЛЬНИЙ ВІК, ЦИФРОВЕ ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ, ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ, ГАДЖЕТИ, ТРИВОЖНІСТЬ, СОЦІАЛІЗАЦІЯ, НАВЧАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ, ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСИ.

SUMMARY

Krempovich D.S. Psychological features of the formation of self-esteem in primary school children in the digital educational environment

Bachelor's qualification thesis: 54 pages, 6 tables, 5 figures, 40 sources, 7 appendices.

The formation of self-esteem is one of the most important aspects of personality development in primary school children. In the modern world, the digital educational environment is becoming a significant factor that transforms traditional mechanisms of self-perception. Increased time spent in virtual space, dependence on social approval, and the specific nature of digital communication can lead to shifts in how children evaluate their abilities and place in society. Therefore, studying the psychological peculiarities of self-esteem formation in primary school children within a digital environment is a highly relevant task for modern psychology.

The research object is the process of self-esteem formation in primary school children.

The research subject is the psychological peculiarities and factors of self-esteem formation in primary school children within a digital educational environment.

The research goal is to theoretically analyze and empirically investigate the impact of the digital educational environment on the self-esteem of primary school children, and to identify the relationship between digital activity and levels of self-esteem and anxiety.

The research tasks are:

- to analyze theoretical and methodological approaches to the problem of self-esteem in psychological science;
- to determine the psychological characteristics of development in primary school children;
- to explore the impact of the digital educational environment on the personality of a modern child;

- to empirically study the levels of self-esteem and anxiety in children and their correlation with digital technology usage;

- to develop practical recommendations for parents and educators on supporting healthy self-esteem in a digital world.

The research hypothesis is that there is a significant relationship between the intensity of digital environment usage and the nature of self-esteem in primary school children. It is assumed that high digital involvement is associated with lower self-esteem and increased levels of school and personal anxiety.

Chapter 1 «Theoretical foundations of self-esteem formation in primary school children» provides a theoretical analysis of self-esteem as a psychological category, describes the ontogenetic features of primary school age, and examines the role of the digital environment as a new space for child socialization.

Chapter 2 «Empirical study of the impact of the digital educational environment on children's self-esteem» contains the description of the research methodology and sample, as well as the results of the diagnostic study. Statistical analysis (Pearson correlation) confirms the relationship between digital activity, anxiety levels, and self-esteem indicators.

Chapter 3 «Psychological support and recommendations for maintaining adequate self-esteem in a digital environment» presents practical guidelines for creating a safe digital space, methods for developing a positive self-concept in children, and recommendations for parents on balancing digital and real-life activities.

Conclusions: the hypothesis was confirmed – intensive involvement in the digital environment correlates with a tendency toward inadequate (lowered) self-esteem and increased anxiety. The study highlights the need for psychological support to help children navigate the digital world without compromising their emotional well-being.

Key words: self-esteem, primary school age, digital educational environment, anxiety, digitalization, personality development, social media impact, psycho-emotional state.

ЗМІСТ

ВСТУП 8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ 12
1.1. Поняття самооцінки у психологічній науці 12
1.2. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку 18
РОЗДІЛ 2. ВПЛИВ ЦИФРОВОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА НА САМООЦІНКУ ДІТЕЙ 25
2.1. Поняття та структура цифрового освітнього середовища 25
2.2. Позитивні та негативні аспекти впливу цифрового середовища на самооцінку 31
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ В УМОВАХ ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА 38
3.1. Організація та методика дослідження 38
3.2. Аналіз результатів дослідження 42
ВИСНОВКИ 50
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 55
ДОДАТКИ 59

ВСТУП

Актуальність теми. У сучасну епоху тотальної цифровізації та стрімкого впровадження високих технологій у всі сфери життєдіяльності особливої ваги набуває питання трансформації особистісного розвитку дитини під впливом глобального віртуального простору. Трансформаційні процеси, що охопили освітню галузь, зумовлюють докорінну зміну традиційних парадигм навчання та виховання, вимагаючи від науковців прискіпливого аналізу нових детермінант, які безпосередньо корегують психічне становлення підростаючого покоління, зокрема механізми формування самооцінки. Оскільки самооцінка виступає засадничим елементом структури самосвідомості, вона не лише визначає вектор ставлення індивіда до власних інтелектуальних і соціальних здобутків, а й виконує ключові регулятивні та адаптивні функції, що забезпечують гармонійну інтеграцію людини в соціум.

Саме в молодшому шкільному віці, коли відбувається інтенсивне закладання фундаменту Я-концепції та кристалізація уявлень про власну компетентність, цей процес стає найбільш вразливим до зовнішніх впливів. Перехід до навчальної діяльності як провідної створює умови, за яких дитина починає системно рефлексувати над результатами своєї праці, орієнтуючись на зовнішні маркери успіху від педагогів та однолітків, що безпосередньо моделює її самосприйняття. У зв’язку з цим особливого значення набуває створення сприятливих умов для розвитку адекватного уявлення дитини про себе, що є фундаментом для її подальшої життєвої траєкторії.

Водночас сучасний освітній ландшафт дедалі більше віртуалізується, інтегруючи цифрові платформи, інтерактивні ресурси та електронні інструменти як обов’язкові компоненти пізнавального процесу. Таке цифрове середовище, з одного боку, розширює горизонти для творчої самореалізації та зміцнення впевненості у власних здібностях, але з іншого – породжує специфічні ризики, пов’язані з деформацією психоемоційного стану,

виникненням залежності від віртуального схвалення та деструктивним порівнянням себе з ідеалізованими цифровими образами. Це створює суперечливе поле впливу, де технологічний прогрес може як стимулювати розвиток впевненості, так і провокувати глибоку невпевненість чи соціальну дезадаптацію.

Попри ґрунтовний доробок вітчизняних та зарубіжних дослідників у сфері вивчення структури та вікової динаміки самооцінки, специфіка її трансформації саме в умовах цифрового освітнього простору залишається недостатньо концептуалізованою. Необхідність пошуку балансу між перевагами цифровізації та мінімізацією її негативного впливу на психіку молодшого школяра підкреслює високу наукову та практичну значущість дослідження даної проблеми. Подальше вивчення цього питання є вкрай важливим для розробки дієвих стратегій психолого-педагогічного супроводу та забезпечення гармонійного розвитку особистості в новітніх соціокультурних умовах.

Значну роль у вивченні питань самооцінки та особливостей її становлення в дитинстві відіграли численні українські та іноземні дослідники. Розуміння того, як влаштована самооцінка, які завдання вона виконує та завдяки чому з’являється, розробляли такі вчені, як М. Й. Боришевський, І. С. Попович, С. Д. Ілляш та С. В. Чайкіна. Вони наголошували на тому, що це почуття є головним елементом свідомості людини та ключовим засобом, який допомагає їй керувати своїми вчинками.

Специфіку того, як саме формується ставлення до себе в учнів початкових класів, досліджували у своїх працях Є. М. Калюжна, М. В. Шевергіна, Л. О. Кошинська та І. В. Ковалишин. У своїх роботах ці автори звертали увагу на те, як сильно на впевненість дитини впливають уроки, люди, що її оточують, та її внутрішні переживання.

Враховуючи нинішні зміни в освітній системі, надзвичайно важливими є розвідки Н. В. Левінець, О. В. Овчарук, Н. Павлової, О. М. Спіріна та І. А. Вербовського. Ці фахівці вивчають, як саме сучасний віртуальний

простір для навчання позначається на особистісному зростанні школярів. Проте, навіть попри таку велику кількість наукових доробків, тема того, як саме самооцінка молодших учнів пов’язана з роботою в цифровому середовищі, все ще потребує глибокого та всебічного розбору, що і підкреслює важливість цієї наукової роботи.

У зв’язку з цим особливої наукової значущості набуває дослідження умов формування самооцінки молодших школярів у цифровому освітньому середовищі, зокрема виявлення психологічних чинників, що сприяють або перешкоджають становленню її адекватного рівня.

Об’єктом дослідження виступає генезис та розвиток системи самооцінки у дітей на етапі молодшого шкільного віку.

Предметом дослідження є сукупність психологічних механізмів та особливостей, що визначають специфіку формування самооцінки молодших школярів у контексті функціонування цифрового навчального середовища.

Мета дослідження полягає у всебічному вивченні та теоретико-емпіричному обґрунтуванні психологічних чинників і закономірностей, що детермінують становлення самооцінки учнів початкових класів у просторі сучасних цифрових освітніх технологій.

Гіпотеза дослідження. Передбачається, що інтенсивність передбачається, що інтенсивність використання цифрового освітнього середовища впливає на особливості самооцінки і рівеньтривожності молодших школярів.

Для реалізації наміченої мети було поставлено та вирішено такі завдання:

– проаналізувати наукові підходи до розуміння самооцінки в психології;

– охарактеризувати вікові особливості дітей молодшого шкільного віку;

– здійснити теоретичний аналіз впливу цифрового освітнього середовища на формування самооцінки дітей;

– провести емпіричне дослідження особливостей формування самооцінки молодших школярів в умовах цифрового освітнього середовища та проаналізувати його результати.

Методичну базу дослідження становлять теоретичні методи (системний аналіз літератури, порівняння та узагальнення концептуальних підходів) та емпіричний інструментарій (комплекс психодіагностичних технік, методи анкетування, а також методи математико-статистичної обробки та якісного аналізу первинних даних).

До психодіагностичного інструментарію дослідження було включено такі методики: методику дослідження самооцінки (в адаптації українських психологів), що дозволяє визначити рівень самооцінки та рівень домагань дитини; шкалу тривожності Ч. Спілбергера (у модифікації для дітей) з метою виявлення рівня особистісної та ситуативної тривожності як чинника, пов’язаного із самооцінкою; а також методику визначення особливостей самооцінки молодших школярів (за С. В. Чайкіною), що дає змогу комплексно оцінити рівень сформованості самооцінки у дітей молодшого шкільного віку.

Наукова новизна полягає у комплексному дослідженні трансформації самооцінки молодших школярів саме в умовах цифрового освітнього простору, що залишається недостатньо концептуалізованим у сучасній психології. Виявлено характер взаємозв’язку між цифровою активністю, рівнем тривожності та стабільністю самооцінки дитини.

Практична значущість отриманих результатів визначається можливістю їх імплементації в діяльність шкільних психологічних служб, педагогів та вихователів для розробки програм корекції та підтримки адекватної самооцінки учнів в умовах активного використання ІТ-технологій у школі.

Структура роботи зумовлена метою та завданнями дослідження і включає вступ, три розділи, загальні висновки, список використаних джерел та додатки.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Поняття самооцінки у психологічній науці

Проблема самооцінки особистості є однією з ключових у сучасній психологічній науці, оскільки вона безпосередньо пов’язана з формуванням Я-концепції, регуляцією поведінки та соціальною адаптацією індивіда. У контексті розвитку дитини молодшого шкільного віку самооцінка набуває особливого значення, адже саме в цей період відбувається активне становлення уявлень про себе, свої можливості та місце в соціальному середовищі.

У науковій літературі самооцінка розглядається як складне інтегративне утворення особистості, що відображає ставлення людини до самої себе, власних якостей, здібностей і результатів діяльності. Зокрема, М. Й. Боришевський визначає самооцінку як центральний компонент самосвідомості, що формується в процесі соціальної взаємодії та є результатом інтеріоризації зовнішніх оцінок [4]. На думку автора, саме самооцінка забезпечує внутрішню узгодженість особистості та виступає важливим механізмом саморегуляції поведінки.

Подібної позиції дотримується І. С. Попович, який підкреслює, що самооцінка виступає критерієм соціально-психологічних очікувань і визначає рівень домагань особистості [30]. Вона не лише відображає актуальне уявлення про себе, а й впливає на вибір цілей, способів діяльності та рівень мотивації. Таким чином, самооцінка має не лише відображальну, а й регулятивну функцію.

У дослідженнях С. Д. Ілляша зазначається, що самооцінка є динамічним утворенням, яке змінюється під впливом зовнішніх і внутрішніх

чинників, зокрема успішності діяльності, соціального схвалення та рівня рефлексії [13]. Автор наголошує, що в молодшому шкільному віці самооцінка ще не є стійкою і значною мірою залежить від оцінок дорослих, насамперед учителя.

Важливий внесок у розуміння структури самооцінки зробили Є. М. Калюжна та М. В. Шевергіна, які розглядають її у взаємозв'язку з емоційною сферою особистості. Зокрема, вони встановили, що низький рівень самооцінки часто супроводжується підвищеною тривожністю, що негативно впливає на навчальну діяльність молодших школярів [15]. Це свідчить про тісний зв'язок між когнітивними та емоційними компонентами самооцінки.

У свою чергу, О. В. Камінська акцентує увагу на детермінантах формування самооцінки, серед яких провідну роль відіграють сімейне виховання, стиль педагогічної взаємодії та соціальне оточення [16]. Автор підкреслює, що негативний досвід оцінювання може призводити до формування заниженої самооцінки, що ускладнює процес адаптації дитини до навчання.

Згідно з дослідженнями Л. О. Кошинської та З. В. Гуріної, самооцінка молодшого школяра формується в процесі навчальної діяльності та безпосередньо залежить від успішності виконання навчальних завдань [19]. Успіхи або невдачі в навчанні виступають важливими чинниками, які впливають на уявлення дитини про власні можливості.

К. Леонович розглядає самооцінку у взаємозв'язку з рівнем домагань, зазначаючи, що адекватна самооцінка сприяє формуванню реалістичних цілей і позитивного ставлення до діяльності [21]. У випадку завищеної або заниженої самооцінки спостерігається порушення цього балансу, що може призводити до неуспішності або емоційних труднощів.

На думку Н. Ю. Пеньковської, самооцінка є важливим чинником формування особистості дитини, оскільки вона визначає її поведінкові стратегії та ставлення до навколишнього світу [29]. Автор підкреслює, що

розвиток здатності до самоаналізу сприяє формуванню більш адекватної самооцінки.

С. В. Чайкіна розглядає самооцінку як багаторівневе утворення, що включає когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти [36]. Вона зазначає, що в молодшому шкільному віці ці компоненти перебувають у процесі активного формування, що робить самооцінку нестійкою та залежною від зовнішніх впливів.

Міжнародні дослідження також підтверджують значущість самооцінки у розвитку особистості. Так, М. Розенберг визначає її як загальне ставлення людини до себе, яке формується на основі соціального досвіду та міжособистісної взаємодії [39]. Самооцінка, за його підходом, є відносно стабільною характеристикою, однак у дитячому віці вона може зазнавати істотних змін.

Важливо зазначити, що в сучасних умовах цифровізації освіти проблема самооцінки набуває нових аспектів. Зокрема, Н. Павлова підкреслює, що цифрове освітнє середовище створює нові можливості для самовираження, але водночас може сприяти формуванню залежності від зовнішніх оцінок, зокрема в онлайн-просторі [27]. Це вимагає врахування нових факторів у дослідженні самооцінки дітей.

Важливим аспектом дослідження самооцінки є її зв’язок із процесами саморозуміння та рефлексії. Як зазначає С. Ілляш, здатність дитини усвідомлювати власні дії, оцінювати їх результати та робити висновки щодо власних можливостей є основою формування адекватної самооцінки [12]. У молодшому шкільному віці ці процеси лише починають активно розвиватися, що зумовлює певну нестабільність уявлень дитини про себе. Саме тому важливим є створення умов, у яких дитина має можливість аналізувати власні досягнення та поступово формувати більш об’єктивне ставлення до себе.

Значну роль у формуванні самооцінки відіграє соціальне оточення дитини, зокрема взаємодія з однолітками та дорослими. С. М. Сошенко та В.

В. Кірічко підкреслюють, що оцінки та ставлення значущих дорослих, особливо вчителя, можуть як сприяти формуванню позитивної самооцінки, так і призводити до її зниження [33]. Позитивна підтримка, визнання успіхів та створення ситуацій успіху сприяють розвитку впевненості у власних силах, тоді як постійна критика або ігнорування досягнень можуть формувати відчуття невпевненості та занижене уявлення про себе.

Окрім цього, важливим чинником є навчальна діяльність, яка виступає провідною у молодшому шкільному віці. За даними Ю. О. Бабаян та Н. А. Тимченко, саме в процесі навчання дитина отримує перший систематичний досвід оцінювання своїх результатів, що безпосередньо впливає на формування самооцінки [2]. Успішність у навчанні, а також характер зворотного зв’язку від учителя визначають рівень упевненості дитини у власних можливостях і впливають на подальшу навчальну мотивацію.

Не менш важливим є вплив освітнього середовища на розвиток самооцінки. Як зазначає Н. В. Левінець, сучасне освітнє середовище, зокрема цифрове, створює нові умови для взаємодії, самовираження та отримання оцінки результатів діяльності [20]. Це розширює можливості формування самооцінки, але водночас ставить перед дитиною нові виклики, пов’язані з необхідністю орієнтації у великій кількості інформації та соціальних оцінок. Таким чином, самооцінка формується під впливом не лише традиційних, а й сучасних цифрових факторів, що потребує комплексного підходу до її дослідження.

Важливим аспектом у вивченні самооцінки є її зв’язок із процесом соціалізації особистості. У ході взаємодії з оточенням дитина засвоює соціальні норми, цінності та моделі поведінки, що безпосередньо впливають на формування її уявлень про себе. Як зазначає М. Й. Боришевський, самооцінка формується через призму оцінок значущих інших, які поступово інтеріоризуються та стають частиною внутрішнього світу особистості [4]. У молодшому шкільному віці такими значущими фігурами виступають батьки, вчителі та однолітки, що зумовлює соціальну зумовленість самооцінки.

Особливу роль у цьому процесі відіграє педагогічна оцінка, яка є одним із провідних факторів формування самооцінки школяра. Як підкреслює С. В. Чайкіна, систематичне оцінювання результатів навчальної діяльності впливає на розвиток уявлень дитини про власні можливості та здібності [36]. Позитивна оцінка сприяє формуванню впевненості та адекватної самооцінки, тоді як негативна може призводити до її зниження та виникнення почуття невпевненості. Водночас важливою є не лише сама оцінка, а й форма її подання, адже підтримка і пояснення помилок сприяють конструктивному розвитку особистості.

У контексті сучасної психології самооцінка розглядається також як важливий чинник психологічного благополуччя. Дослідження показують, що адекватна самооцінка сприяє формуванню позитивного емоційного стану, підвищує стресостійкість та забезпечує ефективну адаптацію до нових умов [14]. Натомість занижена або завищена самооцінка може бути причиною внутрішніх конфліктів, труднощів у спілкуванні та зниження навчальної мотивації.

Слід зазначити, що самооцінка має тісний зв’язок із рівнем домагань особистості, який визначає ступінь складності цілей, що ставить перед собою дитина. За даними Г. І. Меднікової, рівень домагань формується на основі попереднього досвіду успіхів і невдач та безпосередньо пов’язаний із самооцінкою [22]. У випадку адекватної самооцінки дитина здатна обирати реалістичні цілі та досягати їх, тоді як при неадекватній самооцінці можливе як уникнення складних завдань, так і переоцінка власних можливостей.

У сучасних умовах цифровізації проблема самооцінки набуває нових характеристик. Діти дедалі частіше стикаються з необхідністю оцінювати себе в контексті інформаційного простору, де значну роль відіграють візуальні образи, соціальні мережі та онлайн-взаємодія. Як зазначає О. В. Овчарук, цифрове освітнє середовище створює умови для розвитку самооцінювання, але водночас потребує формування відповідних компетентностей для його адекватного здійснення [23]. Це означає, що

сучасне розуміння самооцінки має враховувати нові соціокультурні умови, у яких відбувається розвиток дитини.

Ще одним суттєвим моментом у вивченні самооцінки є те, як вона впливає на щоденну поведінку дитини. Можна сказати, що самооцінка слугує внутрішнім компасом, який підказує школяру, як реагувати на перемоги чи поразки, як будувати стосунки з людьми навколо та як справлятися з життєвими викликами. Коли дитина оцінює себе правильно та врівноважено, вона зазвичай стає більш енергійною, часто проявляє власну ініціативу та не боїться долати труднощі на своєму шляху. Навпаки, якщо віра у власні сили занадто слабка, це часто змушує дитину відступати перед важкими завданнями та займати позицію стороннього спостерігача. У той же час, коли дитина занадто високо оцінює свої таланти, вона може не розрахувати власні сили або ж агресивно сприймати справедливі зауваження від інших людей [21].

Також не варто забувати про особисті риси кожної дитини, які безпосередньо впливають на те, як вона починає бачити себе. Такі особливості, як природний темперамент, рівень вразливості чи стан нервової системи, визначають, як саме малеча відгукується на думку оточуючих або на різні події у житті. До прикладу, дуже чутливі діти можуть сприймати навіть легку критику як велику особисту образу, що створює передумови для появи невпевненості. Разом із тим учні, які вміють краще опановувати свої емоції та спокійніше ставляться до стресових ситуацій, зазвичай мають більш реалістичне уявлення про свої можливості, що допомагає їм легше і швидше звикнути до шкільного життя [24].

Крім цього, у наш час стає надзвичайно важливим навчити дітей самостійно заспокоюватися та підтримувати себе, адже це є фундаментом для гарного ставлення до власної особистості. Вміння дитини самостійно розбирати свої вчинки, дивитися на результати праці та не опускати руки після невдач свідчить про її психологічне зростання. Виховати такі якості можна лише за умови продуманої роботи вчителів, яка включає спеціальні

вправи на роздуми, розмови про особисті здобутки та плекання любові до навчання. Саме такий підхід забезпечує те, що самооцінка у молодших класах буде формуватися міцною, стабільною та правильною.

Таким чином, самооцінка виступає багатогранним психологічним феноменом, який формується під впливом соціального середовища, педагогічних умов і особистісного досвіду дитини. Її розвиток у молодшому шкільному віці має важливе значення для становлення особистості, визначає успішність навчальної діяльності та рівень психологічного благополуччя.

1.2. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку

Період молодшого шкільного віку, що охоплює вікову дистанцію від 6 до 10 років, постає як фундаментальний етап у загальній структурі психічного генезису особистості, відзначаючись докорінними трансформаціями в інтелектуальному, емоційному та комунікативному просторах. Цей часовий проміжок характеризується зміною ігрової парадигми на систематизовану освітню діяльність, що стає підґрунтям для виникнення нових психічних новоутворень та специфічних особистісних характеристик. Дослідники М. В. Савчин та Л. П. Василенко акцентують увагу на тому, що саме в межах початкової школи навчання набуває статусу провідної діяльності, виступаючи головним вектором, що визначає траєкторію цілісного розвитку дитячої особистості [31].

Однією з найбільш виражених домінант цього етапу є інтенсифікація когнітивної сфери. Протягом молодшого шкільного дитинства відбувається поступова диференціація мислення: від домінування наочно-образних структур до формування словесно-логічного апарату, що надає дитині можливість глибше усвідомлювати навчальну інформацію та піддавати її аналітичній обробці. Р. В. Павелків зазначає, що в цей період кристалізується вміння оперувати категоріями узагальнення, проводити паралелі та виявляти детерміновані зв'язки, що становить основу для якісного стрибка в

інтелектуальному зростанні [25]. Проте, попри прогрес логіки, ментальні операції все ще тісно пов'язані з конкретними образами, що зумовлює актуальність використання візуалізацій та наочності в дидактичному процесі.

Суттєвим аспектом виступає також еволюція емоційного життя молодшого школяра. На цьому етапі дитина виявляє особливу вразливість до оціночних суджень, що надходять від значущих дорослих та референтної групи однолітків, що безпосередньо модулює її емоційний фон та поведінкові реакції. Н. Алендарь стверджує, що входження в шкільний соціум нерідко супроводжується зростанням рівня тривожності, відчуттям невпевненості та гострою потребою у зовнішній афенізації та підтримці [1]. Така психологічна напруга зумовлена зіткненням із жорсткою системою шкільних вимог, необхідністю підпорядковуватися регламентованим правилам та стандартам соціальної взаємодії.

Розвиток соціального виміру дитини в цей період також зазнає значних розширень. Коло інтеракцій стає більш диверсифікованим, а роль однолітків у системі цінностей дитини суттєво зростає, стимулюючи навички кооперації та колективної співпраці. За переконанням І. В. Ковалишина, саме в цей час механізм соціального порівняння стає ключовим інструментом самопізнання, що виступає базовим чинником побудови самооцінки [18]. Залежно від контексту, такі порівняльні акти можуть як зміцнювати позитивний образ «Я», так і деформувати уявлення дитини про власну цінність.

Центральне місце у віковій динаміці посідає становлення мотиваційної сфери. Усвідомлення соціальної значущості знань відбувається паралельно із високою залежністю мотивації від зовнішніх стимулів, як-от академічні успіхи та вербальне схвалення оточення. Ю. О. Бабаян та Н. А. Тимченко вказують на пряму кореляцію між успішністю в опануванні навчальних програм та рівнем самовпевненості школяра, що сприяє гармонізації його ставлення до себе [2]. Навпаки, досвід систематичних невдач може спровокувати регрес мотивації та формування стійкої антипатії до освітньої діяльності.

У контексті навчання активно розгортається процес формування довільності психічних функцій, що є необхідною умовою для становлення системи саморегуляції. Молодші школярі вчаться вольовим зусиллям керувати власною увагою, поведінковими актами та емоційними проявами згідно із заданими алгоритмами. О. І. Власова розглядає розвиток довільності як один із головних маркерів психічної зрілості, що гарантує ефективність засвоєння нових знань [11]. Цей процес є пролонгованим у часі й потребує професійного фасилітаційного супроводу з боку педагогів.

Етичний розвиток дитини та інтерналізація моральних орієнтирів також досягають нового рівня. Р. В. Павелків наголошує, що в цьому віці відбувається глибоке засвоєння моральних імперативів, дитина починає оперувати поняттями справедливості, обов'язку та відповідальності, розрізняючи етичні полюси добра і зла [25]. Це формує етичний каркас для реалізації соціально конструктивної поведінки в людських взаєминах.

Характерною рисою цього періоду залишається певна екстернальність – залежність від дорослого, що проявляється в постійному пошуку орієнтирів, підтримки та керівних вказівок. Педагог стає фігурою виняткової значущості, що безпосередньо впливає на архітектоніку особистості учня, його академічну позицію та внутрішню самооцінку. С. М. Сошенко та В. В. Кірічко підтверджують, що специфіка педагогічної комунікації та стиль керівництва вчителя є визначальними для створення атмосфери психологічного благополуччя та віри дитини у власні сили [33].

У реаліях сьогодення вагомим детермінантом розвитку виступає цифрове освітнє середовище. Н. В. Левінець стверджує, що впровадження високотехнологічних засобів у навчання відкриває широкі перспективи для пізнавальної експансії, проте одночасно вимагає від дитини високого рівня критичного осмислення та здатності до самоконтролю [20]. Взаємодія з інтерактивними платформами трансформує архітектуру уваги, пам'яті та загальні стратегії перцепції інформації.

Більше того, цифровий простір реконструює саму природу соціальної комунікації. Онлайн-інтеракції розширюють межі соціального досвіду, але водночас приховують загрози, пов’язані із залежністю від «цифрового схвалення» та нескінченних віртуальних порівнянь. Н. Павлова акцентує, що технологізоване освітнє середовище виступає потужним чинником впливу на емоційний стан школяра та стабільність його самооцінки [27].

Окремої уваги заслуговує розвиток уваги, яка в цей період набуває рис довільності. Якщо на старті шкільного шляху увага відзначається нестійкістю та лабільністю, то під впливом навчального навантаження дитина опановує здатність до тривалої та цілеспрямованої концентрації. О. І. Власова зауважує, що становлення довільної уваги є фундаментальною передумовою успішності, забезпечуючи реалізацію складних пізнавальних завдань [11]. Успіх цього процесу корелює з якістю організації навчання та варіативністю методичного інструментарію.

Синхронно із цим відбувається і якісне вдосконалення пам’яті. Молодший шкільний вік стає часом переходу від механічного до свідомого, довільного запам’ятовування, зумовленого вимогами шкільної програми. За спостереженнями Р. В. Павелківа, у цей період домінує логічна пам’ять, що базується на розумінні змісту та вмінні структурувати отримані дані [25]. Важливо підкреслити, що розвиток пам'яті перебуває в органічній єдності з прогресом мислення та мовленнєвих навичок, що забезпечує синергію всіх психічних процесів дитини.

Вагому роль на етапі молодшого шкільного віку відіграє інтенсивна еволюція мовленнєвої функції, яка трансформується у провідний інструмент комунікації та вербально-логічного мислення. Школярі суттєво збагачують активний лексикон, опановують майстерність структурованого викладу думок та навички аргументації власних суджень. Такий поступ не лише стимулює інтелектуальну експансію, а й виступає фундаментом для соціокультурної адаптації. Як зауважує І. В. Ковалишин, мовленнєва активність стає ключовим каналом самовираження, що безпосередньо

корелює із процесом ідентифікації дитини та її внутрішнім самосприйняттям [18].

Паралельно з цим у молодшому шкільному віці спостерігається кристалізація засадничих елементів самосвідомості. Дитина поступово вчиться рефлексувати над власними індивідуальними якостями, критично аналізувати свої вчинки та вибудовувати систему порівняльних характеристик себе з іншими. Згідно з дослідженнями М. Й. Боришевського, становлення самосвідомості є базисом особистісного зростання, де самооцінка посідає місце центрального, регулятивного ядра [4]. Саме на цьому віковому зрізі школяр починає позиціювати себе як повноцінного та цілісного суб’єкта діяльності.

Емоційна сфера також виступає потужним детермінантом навчальної успішності. Психоемоційний фон школяра безпосередньо модулює рівень його пізнавальної енергії та академічних досягнень. С. Бурсова акцентує, що домінування позитивного емоційного спектра інтенсифікує навчальну мотивацію, тоді як превалювання негативних станів здатне спричинити гальмування інтелектуальних процесів [6]. Це актуалізує необхідність створення психологічно безпечного та емоційно підтримувального освітнього простору, що стимулює допитливість дитини.

Процес адаптації до умов шкільного життя є багатофакторним викликом, що вимагає значних внутрішніх ресурсів. Н. Алендарь зазначає, що конструктивність цього періоду залежить від гармонійного поєднання психологічної готовності дитини, фасилітації з боку дорослих та специфічних характеристик самого освітнього ландшафту [1]. У випадках дезадаптації спостерігаються поведінкові девіації, зниження інтересу до пізнання та деформація самооцінки.

Важливим вектором розвитку є також становлення механізмів самоконтролю та вольової саморегуляції. В межах навчальної діяльності діти опановують стратегії планування, моніторингу власних дій та об’єктивного оцінювання отриманих результатів. Ю. О. Бабаян та Н. А. Тимченко

переконані, що сформованість цих компетенцій є прерогативою для виникнення адекватного самооцінювання та віри у власну ефективність [2]. Здатність до саморегуляції дозволяє дитині гнучкіше інтегруватися у вимогливу структуру шкільного навчання.

В епоху глобальної цифровізації традиційні патерни дитячого розвитку зазнають певної модифікації. Інтеграція цифрових технологій трансформує архітектуру пізнання, впливаючи на темпоральні характеристики обробки даних та специфіку розподілу уваги. Н. В. Левінець стверджує, що віртуальне середовище має амбівалентний вплив: воно може виступати каталізатором розвитку когнітивних функцій або ж спричиняти когнітивне перевантаження через надмірний інформаційний тиск [20]. Це диктує потребу в раціоналізації та гігієні використання цифрових ресурсів.

Окрім того, цифровізація переформатовує процеси соціалізації. Можливість онлайн-взаємодії через спеціалізовані платформи змінює класичні моделі спілкування. Н. Павлова вказує, що такий формат створює альтернативні умови для відпрацювання соціальних навичок, проте несе ризик нівелювання досвіду безпосередньої живої комунікації [27]. Відтак, критично важливим стає дотримання балансу між віртуальною та реальною взаємодією.

Особливої уваги потребує аналіз впливу цифрового простору на емоційну стабільність. Безперервний доступ до мережевих ресурсів може провокувати формування адиктивної залежності від зовнішніх маркерів соціального схвалення. О. М. Касьянова, Л. М. Кравець та О. Ю. Бойко підкреслюють, що віртуальна комунікація здатна суттєво впливати на самосприйняття дитини та стійкість її самооцінки [17]. Це зумовлює необхідність виховання у школярів навичок критичного медіаспоживання та здатності до автономної самооцінки.

Окремо слід зауважити, наскільки вагомим для дітей цього віку є розвиток фантазії та уяви, які поступово стають більш керованими та перетворюються на дієвий засіб для здобуття нових знань. Якщо раніше

дитяча уява була здебільшого стихійною та залежала від миттєвих емоцій, то під час навчання вона починає працювати на результат, допомагаючи дитині розв’язувати завдання, уявляти різні ситуації та передбачати наслідки своїх дій. Коли в учня добре розвинена уява, він не лише легше засвоює шкільну програму, а й охочіше береться за творчі справи. Це, у свою чергу, зміцнює віру в себе та допомагає формувати здорову самооцінку [16].

Так само значущим є становлення внутрішнього стану школяра, що з'являється завдяки залученню дитини до навчального процесу та стосунків у класі. Коли дитина починає усвідомлювати себе саме як учня, приймає цю нову роль і відчуває відповідальність за свої успіхи, у неї з’являються важливі риси – старанність, вміння організувати свій час та незалежність у рішеннях. Саме в цей час закладається фундамент уміння вчитися самостійно, що надалі визначатиме, наскільки легко дитині буде здобувати освіту. Те, наскільки сформованою є така внутрішня позиція, тісно переплітається із самооцінкою, адже це показує, як дитина сприймає себе в ролі школяра та наскільки вона готова рухатися вперед у своєму розвитку [14].

Таким чином, психологічний портрет молодшого школяра формується через синергію когнітивних, емоційних та соціальних процесів. У сучасному контексті ці трансформації відбуваються під перехресним впливом традиційних інститутів та новітнього цифрового середовища, що вимагає комплексного та збалансованого підходу до організації освітнього простору.

РОЗДІЛ 2
ВПЛИВ ЦИФРОВОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА НА САМООЦІНКУ ДІТЕЙ

2.1. Поняття та структура цифрового освітнього середовища

В умовах динамічного прогресу інформаційного суспільства особливої актуальності набуває інтеграція цифрових технологій в освітню галузь, що зумовлює виникнення інноваційного формату навчального простору – цифрового освітнього середовища. Цей феномен інтерпретується як синергія інформаційних ресурсів, технологічних інструментів та специфічних педагогічних умов, які в сукупності гарантують продуктивну організацію освітнього процесу за допомогою електронних засобів.

Сучасна наукова думка розглядає цифрове освітнє середовище як гетерогенну багаторівневу систему, що поєднує в собі технічну інфраструктуру та психолого-педагогічний інструментарій. Н. Павлова характеризує його як цілісний інтегрований простір, де гармонійно взаємодіють дидактичні матеріали, комунікаційні канали та механізми управління навчанням [27]. Таке середовище не лише відкриває безперешкодний доступ до знань, а й виступає каталізатором когнітивної активності, створюючи передумови для персоналізації освітньої траєкторії кожного учня.

Значний масив досліджень присвячено аналізу трансформаційного потенціалу цифрового середовища в межах освітнього процесу. О. М. Спірін наголошує, що цифровізація докорінно переформатовує класичні дидактичні підходи, стимулюючи впровадження прогресивних методів та інноваційних форм навчальної взаємодії [34]. Завдяки технологічній підтримці навчання набуває ознак гнучкості, високої інтерактивності та інклюзивності.

Зі свого боку, І. А. Вербовський трактує цифрове освітнє середовище як стратегічний інструмент адміністрування освітніх активів, що дозволяє суттєво оптимізувати навчальні алгоритми та підвищити якість освітніх результатів [9]. Експлуатація спеціалізованих платформ та електронних баз даних забезпечує оперативність отримання інформації та сприяє ефективній реалізації моделей дистанційного та комбінованого навчання.

У межах психолого-педагогічного дискурсу акцентується увага на потужному впливі цифрового середовища на особистісний генезис дитини. Н. В. Левінець стверджує, що новітні технології генерують унікальні вектори для самоактуалізації, креативного розвитку та зміцнення внутрішньої мотивації до навчання [20]. Проте цей процес неможливий без паралельного формування специфічних компетенцій: здатності до критичного аналізу, автономності в діях та усвідомленої відповідальності за власну діяльність.

Важливим структурним елементом є також соціальна складова цифрового простору. О. М. Касьянова, Л. М. Кравець та О. Ю. Бойко зазначають, що цифрові інструменти значно диверсифікують методи комунікації між суб’єктами освітнього процесу, хоча водночас можуть суттєво коригувати природу та якість міжособистісних контактів [17]. Це диктує необхідність ретельного врахування індивідуально-психологічних властивостей учнів при проектуванні та впровадженні цифрових форматів навчання.

У структурі цифрового освітнього середовища можна виокремити кілька основних компонентів, які взаємопов’язані між собою та забезпечують його функціонування.

Таблиця 2.1 – Структура цифрового освітнього середовища

Компонент	Характеристика
Технічний	Комп’ютери, планшети, інтерактивні дошки, мережа Інтернет
Інформаційний	Електронні підручники, онлайн-ресурси, освітні платформи
Комунікаційний	Засоби взаємодії (чати, відеоконференції, електронна пошта)

Продовження таблиці 2.1

Педагогічний	Методи, форми та технології навчання з використанням ІКТ
Психологічний	Умови, що впливають на мотивацію, увагу, емоційний стан учнів

Примітка: таблиця складена автором на основі емпіричних досліджень

Як видно з таблиці, цифрове освітнє середовище має комплексну структуру, яка поєднує технічні, інформаційні та психологічні складові. Ефективність його функціонування залежить від гармонійної взаємодії всіх компонентів.

На сучасному етапі розвитку початкової ланки освіти особливої гостроти набуває проблематика інтеграції цифрового простору в навчальний процес. Дослідження Т. Бербетс та Т. Василевської підтверджують, що моделювання ергономічного освітнього середовища із залученням новітніх технологій виступає потужним стимулом для зростання пізнавального інтересу школярів та формування конструктивного ставлення до навчання [38]. Такий підхід має фундаментальне значення для гармонійного становлення особистості дитини та стабілізації її самооцінки.

Водночас цифрова трансформація освіти несе в собі не лише очевидні преференції, а й приховані виклики. Гіперболізація ролі технологій у дитячому житті може спровокувати когнітивне перевантаження, деградацію здатності до тривалої концентрації уваги та виникнення гаджет-адикції. У зв'язку з цим О. В. Овчарук акцентує на критичній необхідності виховання цифрової компетентності, яка передбачає здатність до продуктивної та безпечної експлуатації електронних ресурсів [23].

Окремим вектором наукового аналізу виступає функціональна специфіка цифрового освітнього середовища. У сучасних психолого-педагогічних дискурсах воно інтерпретується не просто як канал ретрансляції знань, а як поліфункціональний простір для самоактуалізації особистості, кристалізації базових компетентностей та фасилітації активної комунікації між суб’єктами навчання. О. М. Спірін зауважує, що

цифровізація сприяє зміщенню акцентів з репродуктивних методів на діяльнісні, де учень перетворюється на ініціативного суб’єкта пізнавального пошуку [34]. Це набуває особливої ваги в молодшому шкільному віці, коли відбувається закладання фундаменту навчальної діяльності.

Важливою перевагою цифрового формату є можливість глибокої індивідуалізації освітньої траєкторії. Технології дозволяють філігранно враховувати психологічні особливості кожного учня: його персональний темп засвоєння матеріалу, рівень стартової підготовки та сферу інтересів. І. А. Вербовський стверджує, що цифрові інструменти дають змогу конструювати адаптивні сценарії навчання, що суттєво інтенсифікує освітній процес [9]. Це створює сприятливий клімат для саморозвитку кожної дитини та нівелює загрозу виникнення академічної дезадаптації.

Структурне ядро цифрового середовища складають інтерактивні технології, що гарантують високу залученість школярів. Впровадження мультимедійного контенту та спеціалізованих онлайн-платформ стимулює внутрішню мотивацію дітей. Н. В. Левінець підкреслює, що інтерактивна природа цифрового простору виступає каталізатором дослідницької активності та креативності [20]. Для молодших школярів, чиє сприйняття значною мірою базується на емоційній залученості та візуалізації, цей аспект є визначальним.

Не менш вагомим є комунікативний ресурс цифрових технологій. Завдяки мережевій взаємодії учні отримують інструменти для кооперації не лише з педагогом, а й у межах групи однолітків, що дозволяє реалізовувати спільні проєкти та обмінюватися досвідом. О. М. Касьянова, Л. М. Кравець та О. Ю. Бойко зазначають, що цифрові екосистеми суттєво розширюють горизонти партнерства та моделюють інноваційні форми соціального партнерства [17]. Це сприяє відпрацюванню комунікативних стратегій, хоча й вимагає ретельного модераційного супроводу з боку дорослих.

У площині початкової школи пріоритетним завданням залишається забезпечення психологічного благополуччя та безпеки в мережі. З огляду на

недостатньо сформоване критичне мислення, молодші школярі виявляються вразливими до деструктивного контенту. О. В. Овчарук наголошує, що базовою передумовою ефективності цифрового середовища є розвиток медіаграмотності та культури безпечної поведінки в інтернеті [23]. Це передбачає навчання дітей методам аналізу інформації, розпізнаванню кіберзагроз та відповідальному ставленню до власної цифрової активності.

Вагомим аспектом є трансформація організаційних форм навчання під впливом цифровізації. Це дозволяє гнучко комбінувати аудиторні заняття, дистанційні модулі та змішане навчання. Н. Павлова вказує, що такий формат забезпечує адаптивність освітньої системи до сучасних викликів, гарантуючи безперервність отримання знань та відповідність індивідуальним запитам учнів [27].

Крім того, технологізація середовища стимулює виникнення нових патернів навчальної поведінки. Школярі привчаються до автономного пошуку інформації, роботи з варіативними джерелами та виконання творчих завдань, що загартовує їхню самостійність. Т. Бербетс та Т. Василевська акцентують, що систематичне створення "ситуації успіху" в межах цифрового простору є стратегічним чинником зміцнення навчальної мотивації [38].

Проте необхідно тверезо оцінювати потенційні ризики тотальної цифровізації. Надмірне захоплення віртуальними формами роботи може призвести до атрофії живого спілкування, яке є незамінним для повноцінної соціалізації. Також тривале перебування перед екраном здатне негативно позначитися на соматичному та психоемоційному здоров'ї дитини. Відтак, життєво необхідним є дотримання розумного балансу між класичними та цифровими дидактичними підходами.

Дуже важливою характеристикою цифрового простору для навчання є його здатність пристосовуватися, що дозволяє гнучко змінювати навчальний процес під особисті потреби кожного учня. Завдяки сучасним електронним ресурсам педагоги можуть легко підбирати рівень складності завдань,

змінювати швидкість викладання матеріалу та обирати різні способи перевірки знань. Для учнів молодших класів це має особливе значення, адже такий підхід дає змогу зважати на їхній вік і стан здоров'я, допомагаючи краще засвоювати нові знання та уникати надмірної втоми від уроків [36].

Крім того, використання технологій у школі стає дієвим способом розвитку вміння вчитися свідомо, коли діти починають розуміти власні навчальні кроки. Працюючи з онлайн-платформами, учні поступово привчаються заздалегідь планувати свої дії, стежити за тим, як вони виконують роботу, та самостійно перевіряти підсумки своєї діяльності. Такий досвід допомагає дитині ставати більш незалежною та відповідальною, а це саме ті якості, без яких неможливо побудувати здорову віру у свої сили та мати справжнє бажання здобувати знання.

Так само велику роль відіграють можливості віртуального середовища для розкриття творчих здібностей та потягу до досліджень у дітей початкової школи. Різноманітні цікаві програми, відеоматеріали та навчальні ігри пробуджують у дітей цікавість, вчать їх думати нешаблонно та знаходити винахідливі рішення для різних завдань. Завдяки цьому уроки стають значно цікавішими та ближчими дитині, що добре впливає на її настрій під час навчання та зміцнює впевненість у тому, що вона здатна впоратися з будь-яким викликом [31].

Разом із тим варто наголосити, що робота в цифровому просторі обов'язково потребує підтримки та нагляду з боку вчителя. Те, наскільки успішно будуть використовуватися технології, прямо залежить від майстерності педагога, його вміння гармонійно вплітати комп'ютерні інструменти в заняття та створювати умови для їхньої правильної роботи [20].

Підсумовуючи, можна стверджувати, що цифрове освітнє середовище є складною багатофункціональною системою, яка відкриває унікальні можливості для модернізації навчання та всебічного розвитку дитини. Його результативність безпосередньо залежить від науково обґрунтованого

використання технологій, врахування вікової психології та побудови безпечного простору. У контексті вивчення самооцінки важливо пам'ятати, що цифрова взаємодія не лише коригує навчальні здобутки, а й безпосередньо впливає на те, як дитина ідентифікує власні можливості та сприймає своє "Я".

2.2. Позитивні та негативні аспекти впливу цифрового середовища на самооцінку

У сучасних реаліях тотальної цифровізації освітнього простору віртуальне середовище перетворюється на фундаментальний чинник життєдіяльності дитини, що справляє глибокий вплив на її психологічний генезис, зокрема на архітектоніку самооцінки. Цифрові технології генерують інноваційні вектори для пізнання, самопрезентації та соціальної комунікації, проте цей вплив має амбівалентний характер, поєднуючи в собі як конструктивні здобутки, так і деструктивні ризики, що потребують ретельного аналізу в контексті дослідження особистості молодшого школяра.

Позитивна детермінація цифрового середовища виявляється насамперед у диверсифікації шляхів самоактуалізації учня. Експлуатація електронних ресурсів надає дітям платформу для демонстрації власних таланту й обдарувань, оперативного отримання фідбеку та переживання ситуації успіху в освітній царині. Т. Бербетс та Т. Василевська наголошують, що системне моделювання успішної діяльності в межах навчального простору зміцнює віру дитини у власний потенціал та гармонізує її ставлення до себе [38]. Це набуває особливої ваги в початковій школі, коли зовнішнє визнання досягнень є критично необхідним для стабілізації особистості.

Окрім того, цифровий простір виступає каталізатором інтелектуальної активності та автономності. Безперешкодний доступ до колосальних масивів даних стимулює дитину до самостійного пошуку відповідей, що інтенсифікує її пізнавальні зусилля. Н. В. Левінець акцентує, що інтеграція ІТ-технологій у

навчання сприяє розквіту креативного мислення та кристалізації внутрішньої навчальної мотивації [20]. Як наслідок, це позитивно корелює із самооцінкою, оскільки школяр починає усвідомлювати власну інтелектуальну спроможність та результативність.

Вагомим конструктивним аспектом є також потенціал до індивідуалізації дидактичного процесу. Технологічні інструменти дозволяють ювелірно адаптувати навчання до персональних властивостей учня, враховуючи його темпоритм, когнітивні запити та рівень компетентності. І. А. Вербовський стверджує, що цифровий інструментарій забезпечує лабільність освітньої системи та гарантує якісне засвоєння матеріалу [9]. Такі умови сприяють формуванню адекватного самосприйняття, адже дитина отримує можливість реалізувати свій потенціал у межах зони найближчого розвитку.

Водночас цифровізація значно розширює горизонти соціальної інтеракції. Учні отримують змогу підтримувати контакти з однолітками, долучатися до колективних онлайн-проєктів та здійснювати інформаційний обмін. О. М. Касьянова, Л. М. Кравець та О. Ю. Бойко зауважують, що віртуальна комунікація збагачує соціальний досвід та шліфує комунікативні навички школярів [17]. Продуктивний досвід мережевого спілкування може стати підґрунтям для зростання самовпевненості та позитивного самовідчуття.

Проте, попри низку переваг, існують і вагомі загрози, пов’язані з негативним впливом цифрового простору на самооцінювання. Одним із ключових ризиків є виникнення адиктивної залежності від екстернальних оцінок. У віртуальному вимірі діти часто стають заручниками кількісних показників схвалення (лайків, коментарів), що може підірвати їхню автентичну впевненість. Н. Павлова підкреслює, що цифрове середовище провокує постійне, подекуди деструктивне порівняння себе з іншими, що здатне суттєво деформувати самооцінку молодшого школяра [27].

Ще одним негативним аспектом є інформаційне перевантаження, яке може призводити до зниження концентрації уваги та підвищення рівня тривожності. За даними О. В. Овчарук, надмірне використання цифрових ресурсів може ускладнювати процес навчання та впливати на психоемоційний стан дитини [23]. У свою чергу, це може сприяти формуванню невпевненості у власних силах і зниженню самооцінки.

Негативний вплив може проявлятися також у зниженні рівня безпосереднього спілкування. Тривале перебування в цифровому середовищі може обмежувати розвиток навичок живої комунікації, що є важливим для соціалізації дитини. Як підкреслюють дослідники, недостатній рівень соціальної взаємодії може призводити до труднощів у спілкуванні та негативно впливати на самооцінку [17].

Окрім цього, існує ризик формування неадекватної самооцінки внаслідок викривленого сприйняття інформації. У цифровому середовищі діти часто стикаються з ідеалізованими образами, що може спричиняти невдоволення собою та прагнення відповідати нереалістичним стандартам. Це особливо небезпечно в молодшому шкільному віці, коли самооцінка ще не є стійкою і легко піддається зовнішньому впливу.

Важливим є також вплив цифрового середовища на емоційний стан дитини. Негативний досвід онлайн-взаємодії, зокрема критика або ігнорування, може викликати емоційні переживання, які відображаються на самооцінці. У зв’язку з цим особливої уваги потребує створення безпечного та підтримувального цифрового середовища.

Особливої уваги потребує аналіз детермінації цифрового простору на генезис навчальної мотивації, що перебуває в органічній єдності з архітектонікою самооцінки школяра. У початковій ланці освіти мотиваційна сфера значною мірою модулюється через емоційну афенізацію та рефлексію власних досягнень. Імплементація ІТ-технологій дозволяє диверсифікувати освітній процес, роблячи його аттрактивним та варіативним, що інтенсифікує когнітивний інтерес дитини. Т. Бербетс та Т. Василевська підкреслюють, що

залучення інноваційного інструментарію сприяє розбудові конструктивного освітнього ландшафту, який зміцнює віру учня у власний інтелектуальний потенціал [38]. Це, як наслідок, виступає вагомим чинником стабілізації адекватної самооцінки.

Водночас цифрова трансформація освіти суттєво корегує рівень автономності учнів. Молодші школярі отримують простір для самостійної реалізації завдань, оперативного оперування інформаційними потоками та прийняття відповідальних рішень. Згідно з дослідженнями Н. В. Левінець, цифрові інструменти фасилітують становлення активної суб'єктної позиції школяра, що є фундаментальним вектором особистісного зростання [20]. Усвідомлення власної самостійності та спроможності контролювати перебіг діяльності позитивно відбивається на самосприйнятті, закладаючи підґрунтя для впевненості у власній ефективності.

Проте, паралельно з конструктивними змінами, виникає загроза ерозії внутрішньої мотивації. У ситуації, коли дитина звикає до перманентної зовнішньої стимуляції – яскравої візуалізації, гейміфікації чи миттєвого фідбеку, – може спостерігатися нівелювання інтересу до класичних академічних форм роботи. О. В. Овчарук наголошує на пріоритетності дотримання паритету між цифровими та традиційними дидактичними підходами, що дозволяє запобігти формуванню адиктивної залежності від екстернальних подразників та зберегти автентичну жагу до знань [23].

Значний вплив цифрове середовище має і на процес соціального порівняння, який є важливим механізмом формування самооцінки. У цифровому просторі діти мають доступ до великої кількості інформації про інших людей, що створює умови для постійного порівняння себе з іншими. Н. Павлова підкреслює, що це може як стимулювати розвиток, так і призводити до зниження самооцінки у випадку негативних порівнянь [27]. Особливо це стосується ситуацій, коли дитина орієнтується на недосяжні або ідеалізовані зразки.

Крім того, цифрове середовище впливає на формування образу «Я» дитини. У процесі взаємодії з цифровими ресурсами дитина отримує різноманітні повідомлення про соціальні норми, стандарти поведінки та зовнішності. Як зазначає М. Й. Боришевський, формування самосвідомості та самооцінки відбувається під впливом соціального контексту, у якому перебуває особистість [4]. У сучасних умовах цей контекст значною мірою визначається цифровим середовищем.

Важливим аспектом є також вплив цифрових технологій на емоційну сферу дитини. Позитивний досвід використання цифрових ресурсів може викликати радість, задоволення та підвищувати впевненість у собі. Водночас негативний досвід, наприклад невдачі в онлайн-діяльності або відсутність очікуваної реакції з боку інших, може викликати розчарування та знижувати самооцінку. Це підтверджує думку про те, що емоційні переживання відіграють важливу роль у формуванні уявлень дитини про себе.

Не можна ігнорувати й питання цифрової безпеки, яке також пов’язане з формуванням самооцінки. Вразливість дітей до негативного контенту, кібербулінгу чи небажаних контактів може мати серйозні психологічні наслідки. О. М. Касьянова, Л. М. Кравець та О. Ю. Бойко зазначають, що негативний досвід онлайн-взаємодії може впливати на емоційний стан дитини та формувати почуття невпевненості [17]. У зв’язку з цим важливим є формування навичок безпечної поведінки в цифровому середовищі.

Додатково варто підкреслити детермінацію цифрового простору на становлення рефлексивних механізмів, що виступають засадничим компонентом структури самооцінки. Експлуатація інтерактивних освітніх платформ та спеціалізованого програмного інструментарію надає школярам можливість миттєвої верифікації результатів, що фасилітує глибоке усвідомлення як власних інтелектуальних здобутків, так і допущених помилок. Така прозорість результативності моделює оптимальний простір для кристалізації навичок самоконтролю та інтроспекції, що є фундаментальною прерогативою для виникнення адекватного самосприйняття [21].

Надзвичайно важливим стає також питання того, як саме дитина вчиться оцінювати себе самостійно, перебуваючи у віртуальному просторі. Якщо у звичайній школі головним джерелом оцінки є вчитель, то в інтернеті школяр стикається з великою кількістю думок, які можуть бути як справедливими, так і випадковими чи упередженими. Через це виникає потреба вчити дітей розумно сприймати відгуки зі сторони та спиратися на власні правила оцінювання своєї роботи. Якщо такі вміння не розвивати, дитина може стати занадто залежною від того, що про неї скажуть інші, а її впевненість у собі буде постійно коливатися.

Так само велике значення має те, як цифрові технології впливають на вміння дитини спокійно приймати невдачі. Коли під час роботи за комп’ютером щось не виходить, реакція школяра прямо залежить від його впевненості та вміння тримати себе в руках. Ті діти, які вже мають досвід успішного виходу зі складних ситуацій, ставляться до промахів спокійніше, бачачи в них лише привід для подальшого росту. У той же час звичка отримувати швидкий результат, яка часто формується в іграх чи додатках, може зробити дитину нетерплячою до труднощів. Це призводить до того, що за найменших перешкод учень просто кидає справу [22].

Отже, те, як віртуальне навчання впливає на ставлення молодших школярів до себе, потребує вдумливого та рівноважного підходу. Важливо не просто використовувати техніку, а обов’язково зважати на те, як дитина почувається психологічно. Найкращим рішенням є поєднання цифрових уроків із традиційними способами навчання, а також розвиток уміння думати критично, керувати своїми емоціями та відчувати відповідальність за те, що ти робиш. Тільки за такого підходу інтернет-середовище стане не загрозою, а надійним помічником для всебічного розвитку дитини та формування у неї міцної віри у власні сили.

Підсумовуючи, можна констатувати, що вектор впливу цифрового середовища на самооцінку учнів початкових класів відзначається багатоаспектністю та певною суперечливістю. Віртуалізація освіти генерує

як потужні ресурси для інтенсифікації особистісного зростання, так і специфічні загрози, здатні деформувати внутрішні уявлення дитини про власну цінність. Прискіпливий аналіз та врахування цих полярних чинників є стратегічно важливим для побудови продуктивної освітньої стратегії та забезпечення психологічного благополуччя молодших школярів у реаліях глобалізованого інформаційного соціуму.

РОЗДІЛ 3
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ В УМОВАХ ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА

3.1. Організація та методика дослідження

Емпіричне дослідження особливостей формування самооцінки дітей молодшого шкільного віку в умовах цифрового освітнього середовища здійснювалося з метою виявлення взаємозв'язку між рівнем розвитку самооцінки, емоційним станом дитини та специфікою використання цифрових технологій у навчальній діяльності. Організація дослідження передбачала дотримання принципів наукової об'єктивності, системності та етичної коректності, що забезпечило достовірність і валідність отриманих результатів.

Дослідження проводилося на базі закладу загальної середньої освіти в умовах природного освітнього процесу, без штучного втручання у звичне середовище життєдіяльності дітей. Участь у дослідженні була добровільною, всі респонденти були поінформовані про його мету, а також забезпечувалася повна анонімність отриманих даних. Особлива увага приділялася дотриманню психологічного комфорту дітей під час проведення діагностичних процедур.

Вибірку дослідження склали 40 учнів молодшого шкільного віку віком від 7 до 10 років. З метою підвищення репрезентативності дослідження було забезпечено рівномірний розподіл учасників за статтю: 20 хлопчиків та 20 дівчаток, що становить по 50% від загальної кількості респондентів. Такий підхід дозволяє врахувати можливі гендерні особливості формування самооцінки, які, як зазначається у психологічних дослідженнях, можуть проявлятися вже в молодшому шкільному віці. Вікова структура вибірки також була збалансованою: по 10 дітей кожного віку (7, 8, 9 та 10 років), що

дало змогу простежити вікову динаміку розвитку самооцінки в межах початкової школи.

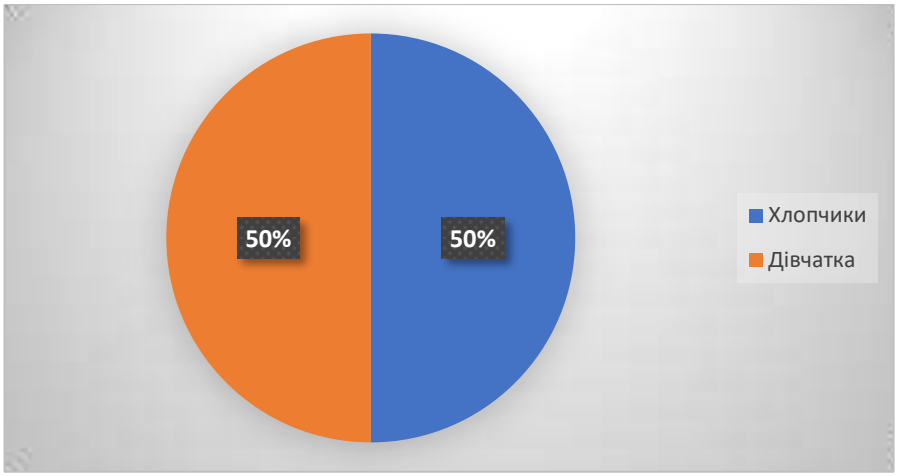


Рисунок 3.1. – Вибірка дослідження

Усі учасники дослідження навчаються у початкових класах та мають досвід регулярної взаємодії з цифровим освітнім середовищем. Це передбачає використання електронних підручників, інтерактивних навчальних платформ, мультимедійних засобів, а також виконання навчальних завдань із застосуванням цифрових пристроїв. Така характеристика вибірки є принципово важливою, оскільки дозволяє досліджувати особливості формування самооцінки саме в умовах сучасної цифровізації освіти, яка виступає одним із вагомих чинників особистісного розвитку дитини [20].

Методичну основу дослідження становило поєднання теоретичних та емпіричних методів. До теоретичних методів належали системний аналіз наукової літератури, порівняння та узагальнення існуючих підходів до вивчення самооцінки дітей молодшого шкільного віку. Застосування цих методів дало змогу сформувати концептуальне підґрунтя дослідження та визначити основні напрями емпіричного аналізу.

Емпіричний інструментарій включав комплекс психодіагностичних методик, анкетування, а також методи кількісного та якісного аналізу отриманих результатів. Використання декількох взаємодоповнюючих методів забезпечило комплексне вивчення особливостей самооцінки

молодших школярів та пов’язаних із нею психологічних характеристик.

Для реалізації поставленої мети було використано низку психодіагностичних методик. Однією з основних стала методика дослідження самооцінки, яка широко застосовується у психологічній практиці для визначення рівня самооцінки та рівня домагань особистості. Суть методики полягає в оцінюванні дитиною власних якостей за спеціальними шкалами, де нижня межа відображає мінімальний рівень прояву певної характеристики, а верхня – максимальний. Досліджувані позначали свій реальний та бажаний рівень розвитку окремих якостей, що дозволяло визначити адекватність самооцінки, рівень домагань та ступінь задоволеності собою [22].

З метою вивчення емоційного компонента, тісно пов’язаного із самооцінкою, було використано шкалу тривожності Ч. Спілбергера в адаптації для дітей. Дана методика дає змогу диференціювати ситуативну та особистісну тривожність. Ситуативна тривожність відображає емоційний стан дитини в конкретних умовах або ситуаціях, тоді як особистісна характеризує стійку схильність до переживання тривоги. Включення цієї методики дозволило глибше проаналізувати психологічний стан молодших школярів та встановити можливі взаємозв’язки між рівнем тривожності й особливостями самооцінки [15; 39].

Встановлено, що учні з високим показником екранного часу (понад 3 години на добу) демонструють вищу схильність до емоційної напруженості та страху самовираження. Зокрема, надмірне занурення у віртуальний простір часто виступає захисним механізмом (копінг-стратегією), що дозволяє дитині уникати реальних стресових ситуацій у школі. Однак це створює замкнене коло: соціальна дезадаптація в реальному житті посилює тривожність, що, у свою чергу, стимулює подальше зростання інтенсивності використання гаджетів як засобу психологічного розвантаження, яке має тимчасовий і деструктивний характер

Для комплексного дослідження самооцінки молодших школярів було також використано методику С. В. Чайкіної, адаптовану до вікових особливостей дітей молодшого шкільного віку. Методика спрямована на визначення рівня сформованості самооцінки, її адекватності та ступеня залежності від зовнішніх оцінок. Вона дозволяє виявити особливості сприйняття дитиною власних можливостей, реакцію на успіхи та невдачі, а також рівень орієнтації на думку значущого соціального оточення [36].

Додатковим методом збору інформації стало анкетування, спрямоване на вивчення особливостей використання цифрового освітнього середовища. Авторська анкета включала 10 запитань, що стосувалися частоти використання цифрових пристроїв, тривалості перебування в онлайн-просторі, основних цілей використання гаджетів (навчання чи розваги), а також особливостей емоційного ставлення дітей до цифрових технологій. Окрема увага приділялася питанням контролю за використанням гаджетів з боку батьків та інших дорослих, оскільки цей чинник може впливати на психологічний стан дитини та особливості її самооцінки.

Організація дослідження передбачала кілька послідовних етапів. На підготовчому етапі було здійснено аналіз наукової літератури, визначено мету, завдання та підібрано психодіагностичний інструментарій. На діагностичному етапі проводилося безпосереднє тестування учнів та анкетування, під час якого були отримані первинні емпіричні дані. Завершальний етап включав систематизацію, статистичну обробку та інтерпретацію результатів дослідження.

Для обробки отриманих результатів використовувалися методи математичної статистики, зокрема розрахунок відсоткових показників, що дозволило наочно представити результати дослідження. Поряд із кількісним аналізом здійснювався якісний аналіз отриманих даних з урахуванням вікових та психологічних особливостей розвитку дітей молодшого шкільного віку.

Дослідження мало кореляційний характер і було спрямоване на виявлення взаємозв’язків між особливостями використання цифрового освітнього середовища, рівнем самооцінки та тривожності молодших школярів. Для цього здійснювалося співвіднесення результатів анкетування щодо характеру використання гаджетів (частота, тривалість, цілі використання, наявність контролю з боку дорослих) із показниками самооцінки та рівнями ситуативної й особистісної тривожності. Це дозволило визначити особливості впливу цифрового освітнього середовища на психологічний стан дітей.

3.2. Аналіз результатів дослідження

Практичне дослідження, метою якого було вивчення психологічних умов формування самооцінки учнів початкових класів у цифровому освітньому середовищі, надало комплексні відомості про особливості використання дітьми цифрових технологій, рівень їхньої самооцінки та емоційний стан. Обробка отриманих результатів здійснювалася із застосуванням взаємодоповнюючих психодіагностичних методик, що забезпечило цілісний аналіз досліджуваного явища.

З метою вивчення особливостей взаємодії молодших школярів із цифровим освітнім середовищем на першому етапі було проведено анкетування. Отримані результати дозволили конкретизувати використання дітьми сучасних цифрових пристроїв.

Таблиця 3.1 – Частота використання цифрових технологій

Частота	**Кількість**	**%**
Висока	18	45%
Середня	14	35%
Низька	8	20%

Примітка: таблиця складена автором на основі емпіричних доліджень

Аналіз показав, що 45% дітей активно користуються цифровими технологіями, що є характерною рисою сучасного освітнього середовища. Встановлено, що 80% опитаних учнів користуються гаджетами щоденно, тоді як 20% використовують їх періодично. При цьому 27% дітей застосовують цифрові пристрої переважно з навчальною метою, 33% – для розваг, а 40% поєднують навчання і дозвілля.

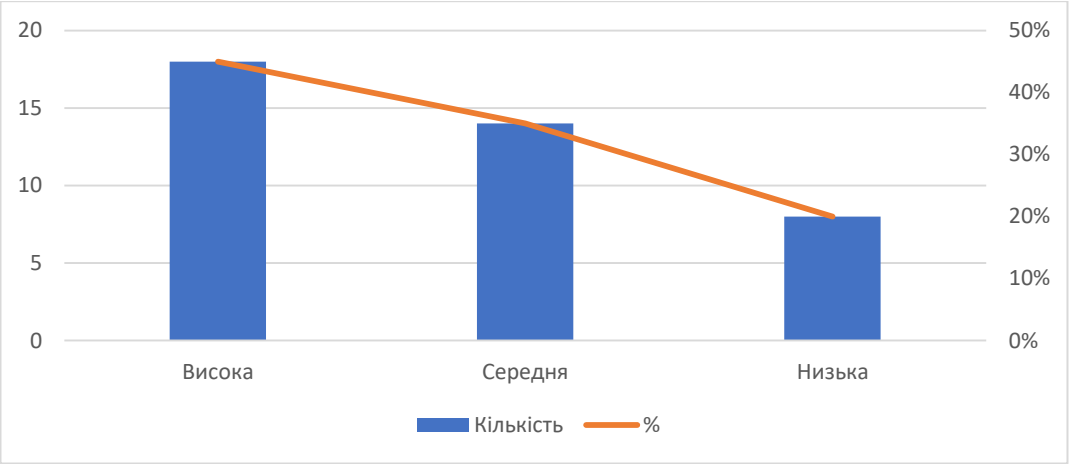


Рисунок 3.2. – Частота використання цифрових технологій

Рисунок 3.2 демонструє переважання високого рівня цифрової активності серед молодших школярів.

Аналіз тривалості використання гаджетів показав, що 20% дітей проводять у цифровому середовищі до 1 години на день, 33% – від 1 до 2 годин, а 47% – понад 2 години щоденно. Отримані дані свідчать про значну інтегрованість цифрових технологій у повсякденне життя молодших школярів, що може виступати важливим чинником формування їхньої самооцінки та емоційного стану.

Додатковий аналіз результатів анкетування дозволив уточнити вплив цифрового середовища на емоційний стан дітей. Зокрема, учні, які проводять більше часу за гаджетами, частіше демонструють ознаки втоми, зниження концентрації уваги та емоційного напруження. Водночас використання цифрових технологій із навчальною метою частіше пов’язане з позитивними

емоціями, інтересом до навчання та відчуттям успішності.

Таким чином, використання цифрового середовища виступає важливим чинником, що впливає не лише на поведінку, але й на емоційний стан молодших школярів.

Отримані результати анкетування дозволили не лише охарактеризувати інтенсивність використання цифрових технологій, але й виявити можливі психологічні наслідки такого впливу. Зокрема, значна тривалість перебування дітей у цифровому середовищі та поєднання навчальної і розважальної діяльності можуть супроводжуватися підвищеним емоційним напруженням.

У сучасних психолого-педагогічних дослідженнях доведено, що активне та неконтрольоване використання цифрових ресурсів може сприяти зростанню рівня тривожності, зниженню впевненості у власних силах та залежності від зовнішніх оцінок. У зв’язку з цим доцільним є дослідження не лише рівня самооцінки, але й рівня тривожності як важливого емоційного показника, що безпосередньо пов’язаний із формуванням самосприйняття дитини.

Таким чином, результати анкетування стали підґрунтям для вибору основних змінних дослідження – самооцінки та тривожності.

Для дослідження самооцінки було використано методику, яка дозволяє визначити рівень самооцінки та рівень домагань дитини.

Таблиця 3.2 – Рівень самооцінки за методикою дослідження самооцінки

Рівень самооцінки	**Кількість учнів**	**%**
Високий	10	25%
Середній	18	45%
Низький	12	30%

Результати показали, що найбільшу групу становлять учні із середнім рівнем самооцінки (45%). Такий результат є типовим для молодшого

шкільного віку, оскільки самооцінка в цей період перебуває на етапі активного формування та залежить від зовнішніх оцінок і соціального контексту.

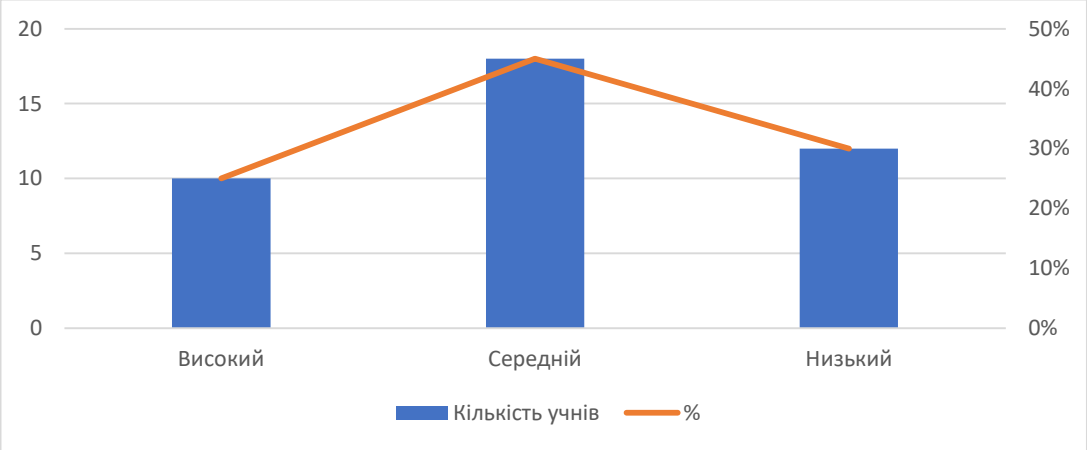


Рисунок 3.3. – Рівень самооцінки за методикою дослідження самооцінки

Високий рівень самооцінки виявлено у 25% дітей. Вони демонструють впевненість у власних силах і активність у навчанні, однак у частини з них спостерігається тенденція до завищених домагань.

Водночас 30% учнів мають низький рівень самооцінки, що проявляється у невпевненості, підвищеній чутливості до оцінювання та заниженні власних досягнень. У багатьох із них виявлено розрив між реальним і бажаним рівнем, що свідчить про внутрішню напругу.

Оскільки самооцінка тісно пов’язана з емоційним станом особистості, наступним етапом дослідження стало вивчення рівня тривожності молодших школярів за шкалою Ч. Спілбергера, що дозволяє диференціювати ситуативну та особистісну тривожність.

Таблиця 3.3 – Результати дослідження ситуативної та особистісної тривожності за шкалою Ч. Спілбергера

Рівень тривожності	Ситуативна тривожність	%	Особистісна тривожність	%
Високий	12	30%	13	32,5%
Середній	20	50%	19	47,5%
Низький	8	20%	8	20%

Результати показали, що серед молодших школярів переважає середній рівень як ситуативної, так і особистісної тривожності. Так, середній рівень ситуативної тривожності було виявлено у 50% учнів, а особистісної – у 47,5% респондентів, що свідчить про відносно стабільний емоційний стан більшості дітей.

Високий рівень ситуативної тривожності встановлено у 30% дітей, що може бути пов’язано з хвилюванням у навчальних ситуаціях, переживанням через оцінювання або страхом помилки. Водночас високий рівень особистісної тривожності виявлено у 32,5% молодших школярів, що свідчить про стійку схильність частини дітей до тривожних переживань.

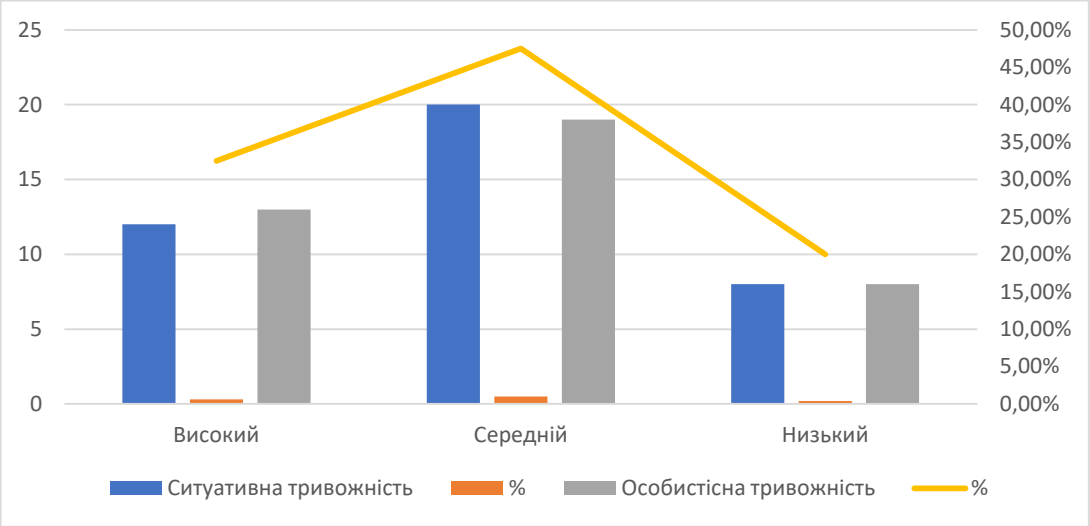


Рисунок 3.4. – Результати дослідження ситуативної, інтенсивності та особистісної тривожності за шкалою Ч. Спілбергера

Низький рівень ситуативної та особистісної тривожності був характерний для 20% учнів, що може свідчити про вищий рівень емоційної стабільності та впевненості у власних силах.

Аналіз результатів показав, що учні зі заниженою самооцінкою частіше демонстрували підвищені показники особистісної тривожності, тоді як діти з адекватною самооцінкою характеризувалися більш стабільним емоційним станом.

Аналіз емпіричних даних дозволив виявити статистично значущий прямий кореляційний зв’язок між показниками шкільної тривожності та

інтенсивністю використання цифрових пристроїв (r= 0,62; p ≤ 0,01). Це свідчить про те, що зі зростанням часу, проведеного у цифровому просторі, спостерігається відповідне підвищення рівня емоційної напруженості та страху оцінювання у молодших школярів. Гаджети в даному контексті часто виступають інструментом психологічного захисту, що дозволяє дитині компенсувати реальну тривожність через віртуальну активність. Проте така стратегія має деструктивний характер, оскільки надмірна цифрова стимуляція виснажує нервову систему, знижує поріг стійкості до стресу та в результаті призводить до подальшої дестабілізації самооцінки дитини

Для більш глибокого аналізу особливостей самооцінки було використано методику С. В. Чайкіної.

Таблиця 3.4 – Рівень сформованості самооцінки

Рівень	Кількість	%
Адекватна	19	47,5%
Завищена	9	22,5%
Занижена	12	30%

Отримані результати свідчать, що майже половина дітей має адекватну самооцінку, що є позитивним показником. Водночас 30% учнів характеризуються заниженою самооцінкою, що узгоджується з попередніми результатами. Завищена самооцінка (22,5%) може бути пов’язана з недостатньою критичністю або орієнтацією на зовнішнє схвалення.

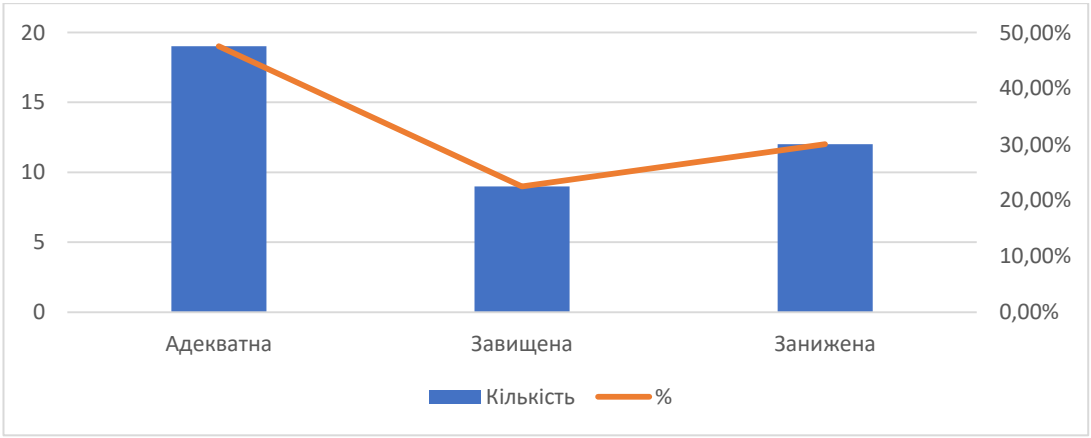


Рисунок 3.5. – Рівень сформованості самооцінки

Рис. 3.5 підтверджує переважання адекватного рівня самооцінки серед молодших школярів.

З метою встановлення взаємозв’язків між показниками було проведено кореляційний аналіз. Додатковий аналіз результатів анкетування дозволив встановити, що більш позитивні показники самооцінки та нижчий рівень тривожності частіше спостерігалися у дітей, використання цифрових пристроїв яких контролювалося батьками або іншими дорослими. Водночас у дітей із недостатнім контролем часу використання гаджетів частіше фіксувалися ознаки емоційного напруження та заниженої самооцінки.

Таблиця 3.5 – Результати кореляційного аналізу

Показники	**Коефіцієнт кореляції (r)**	**Характер зв’язку**
Самооцінка – тривожність	-0,62	сильний зворотний
Самооцінка – цифрова активність	-0,41	помірний зворотний
Самооцінка – рівень домагань	+0,58	помірний прямий

Отримані результати кореляційного аналізу свідчать про наявність статистично значущих взаємозв’язків між досліджуваними показниками. Зокрема, встановлено сильний зворотний зв’язок між рівнем самооцінки та тривожністю (r = -0,62), що вказує на те, що підвищення рівня тривожності супроводжується зниженням впевненості дитини у власних можливостях.

Також виявлено помірний зворотний зв’язок між самооцінкою та інтенсивністю використання цифрових технологій (r = -0,41), що може свідчити про негативний вплив надмірного перебування у цифровому середовищі на формування позитивного самосприйняття.

Водночас встановлено помірний прямий зв’язок між самооцінкою та рівнем домагань (r = +0,58), що свідчить про узгодженість цих показників: діти з більш адекватною самооцінкою мають більш реалістичні життєві орієнтири та цілі.

Отримані результати підтверджують припущення про взаємозв’язок між емоційним станом, характером використання цифрового середовища та особливостями формування самооцінки молодших школярів.

З огляду на це доцільно запропонувати практичні рекомендації. Важливим є створення доброзичливої атмосфери навчання, орієнтація на підтримку та підкріплення досягнень учнів. Необхідно формувати у дітей навички саморефлексії та адекватного оцінювання власних результатів.

Особливої уваги потребують діти з низькою самооцінкою, для яких важливо створювати ситуації успіху. Важливим є також залучення батьків до формування позитивного самосприйняття дитини.

У сучасних умовах цифровізації особливого значення набуває контроль за використанням гаджетів та формування критичного ставлення до цифрового контенту. Зниження рівня тривожності можливе через використання психокорекційних вправ, спрямованих на розвиток емоційної стабільності.

Отримані результати емпіричного дослідження узгоджуються з висунутою гіпотезою. Зокрема, встановлено, що інтенсивність використання цифрового освітнього середовища пов’язані з рівнем самооцінки та тривожності молодших школярів. Виявлені кореляційні зв’язки підтверджують, що підвищена цифрова активність може супроводжуватися зростанням емоційної напруги та зниженням стабільності самооцінки, що відповідає теоретичним положенням дослідження.

Таким чином, комплексний підхід до організації навчального процесу сприяє формуванню адекватної самооцінки молодших школярів у цифровому освітньому середовищі.

ВИСНОВКИ

Завершення теоретичного та практичного вивчення питання про те, як будується самооцінка учнів початкових класів у сучасному комп’ютеризованому навчальному просторі, дозволило повністю виконати заплановані завдання та досягти поставленої мети. Детальний розгляд наукових праць разом із результатами проведених тестів дав можливість сформулювати загальні підсумки, які пояснюють суть цієї теми та доводять правильність початкових припущень.

Під час вивчення теорії було з’ясовано, що самооцінка є складним поєднанням уявлень людини про себе, яке виникає завдяки спілкуванню з іншими та є важливою частиною свідомості. Вона визначає те, як дитина ставиться до власних можливостей і результатів своєї праці, а також керує її поведінкою, бажанням вчитися та здатністю пристосовуватися до оточення. У молодшому шкільному віці це почуття лише починає активно формуватися, тому воно часто буває мінливим, дуже сильно залежить від думки дорослих і ще не має міцної внутрішньої опори.

Встановлено, що саме цей період життя є найбільш сприятливим для закладення основ самосприйняття, адже дитина починає вчитися, а її успіхи постійно оцінюються. Величезну роль тут відіграють слова вчителя, стосунки з однолітками та виховання в родині. Те, як дитина бачить себе, напряму залежить від її оточення та досвіду перемог чи невдач, які вона проживає щодня.

Окрему увагу було приділено тому, як на цей процес впливають сучасні технології. З’ясувалося, що нинішня освіта неможлива без цифрових засобів, які змінюють звичні способи спілкування та навчання. Віртуальний простір стає місцем, де дитина може знайти корисну інформацію, спілкуватися та розвиватися. Це відкриває нові шляхи для того, щоб проявити себе, зацікавитися новими знаннями та вчитися за індивідуальною програмою.

Водночас було доведено, що вплив інтернету та гаджетів на самооцінку є двояким. З одного боку, техніка допомагає дитині почуватися впевненіше, коли вона швидко отримує результат або знаходить нові способи для творчості. З іншого боку, надмірне захоплення цифровим світом може зашкодити, викликаючи звикання до постійного схвалення ззовні, збільшуючи хвилювання та змушуючи дитину болісно порівнювати себе з іншими у мережі.

Практична частина роботи допомогла отримати конкретні цифри щодо стану учнів. Виявилося, що більшість дітей мають звичайну самооцінку, яка притаманна їхньому віку. Проте чимало школярів почуваються невпевнено, дуже гостро реагують на зауваження та схильні бачити себе у негативному світлі. Лише невелика кількість учнів оцінює себе дуже високо, що іноді супроводжується надто великими амбіціями, які не завжди відповідають реальності.

Результати перевірки за різними методиками, показали схожі результати, що підтверджує надійність отриманих даних. Стало зрозуміло, що самооцінка молодших школярів не є постійною і залежить від багатьох умов, серед яких найважливішими є настрій дитини, рівень її тривожності та те, як саме вона користується інтернетом [36].

Вивчення рівня тривоги показало, що багато дітей часто хвилюються, і це погано позначається на їхній впевненості. Коли дитина постійно боїться припуститися помилки або уникає важких завдань, це свідчить про глибокий зв’язок між її емоціями та тим, як вона оцінює свої сили. Опитування також підтвердило, що більшість учнів проводять багато часу з гаджетами. Було помічено, що чим більше часу дитина витрачає на віртуальне життя, тим менш стійким стає її ставлення до себе.

Математичний аналіз підтвердив, що між цими показниками існують чіткі зв’язки. Було знайдено сильний зворотний зв’язок між впевненістю у собі та тривожністю: коли тривога зростає, самооцінка падає. Також виявлено, що надмірна активність у цифровому світі зазвичай

супроводжується зниженням віри у власні сили. Водночас помічено, що самооцінка та рівень цілей, які ставить дитина, тісно пов’язані між собою.

Усі ці дані підтверджують головну думку дослідження: цифрові технології впливають на дітей по-різному. Якщо користуватися ними в міру та під наглядом дорослих, вони допомагають дитині рости впевненою, але безконтрольний доступ до гаджетів може призвести до психологічних труднощів.

На основі отриманих висновків було створено поради для вчителів та батьків. Вони стосуються створення доброзичливої атмосфери, підтримки дитини під час оцінювання її роботи, навчання малечі вмінню аналізувати власні дії, а також контролю за часом у мережі. Впровадження цих кроків допоможе дітям розвиватися гармонійно та вірити у свої сили.

На завершення можна сказати, що формування самооцінки у молодшому шкільному віці – це багатогранний процес, на який сьогодні впливають як традиційне виховання, так і новітні цифрові умови. Врахування обох цих сторін є необхідним для того, щоб діти почувалися щасливими та могли успішно розвиватися у сучасному світі. У майбутньому варто ще глибше вивчати, як саме інтернет впливає на розвиток дитини, та створювати нові програми підтримки для школярів у цифрову епоху.

Підсумки проведеної роботи дають підстави стверджувати, що початкове припущення повністю підтвердилося. Зокрема, вдалося з’ясувати, що перебування молодших школярів у цифровому навчальному просторі справді впливає на їхню самооцінку по-різному. Якщо дитина користується гаджетами помірно, з конкретною метою та під наглядом дорослих, це допомагає їй ставати впевненішою, формує добре ставлення до себе та стимулює бажання вчитися.

З іншого боку, занадто довге або хаотичне використання електронних ресурсів призводить до зростання хвилювання, змушує дитину надто сильно залежати від чужих оцінок і робить її віру у власні сили слабкою або мінливою. Отже, дані, зібрані під час вивчення теорії та проведення тестів,

цілком збігаються з першими здогадками. Це доводить, що контроль за часом, який діти проводять перед екранами, є обов’язковою умовою для їхнього здорового та спокійного психологічного зростання.

Крім того, результати дослідження підтверджують доцільність подальшого вивчення проблеми впливу цифрового освітнього середовища на різні аспекти психічного розвитку молодших школярів, зокрема на формування емоційної стійкості, саморегуляції та навчальної мотивації. Перспективним напрямом є розробка та впровадження спеціальних психолого-педагогічних програм, спрямованих на формування адекватної самооцінки в умовах цифровізації освіти. Такі програми повинні враховувати вікові особливості дітей, рівень їх цифрової компетентності та індивідуальні психологічні характеристики, що дозволить підвищити ефективність освітнього процесу та забезпечити гармонійний розвиток особистості в сучасному інформаційному суспільстві.

Узагальнюючи результати дослідження, слід наголосити, що формування самооцінки молодших школярів у сучасних умовах цифровізації є складним і багатофакторним процесом, який потребує системного психолого-педагогічного супроводу. Важливим завданням освітнього середовища є створення таких умов, за яких цифрові технології використовуються не лише як інструмент передачі знань, а й як засіб розвитку впевненості дитини у власних силах, формування адекватного самосприйняття та позитивного емоційного досвіду. Раціональне поєднання традиційних і цифрових форм навчання сприятиме гармонійному розвитку особистості та запобігатиме можливим негативним впливам віртуального простору.

Перспективи подальших наукових розвідок вбачаються у поглибленому вивченні індивідуально-психологічних чинників формування самооцінки дітей у цифровому середовищі, зокрема впливу сімейного виховання, стилю педагогічної взаємодії та особливостей використання інформаційних технологій. Окремої уваги заслуговує розробка та

впровадження корекційно-розвивальних програм, спрямованих на підтримку адекватної самооцінки молодших школярів, а також формування у них навичок критичного мислення та безпечної поведінки в цифровому просторі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алендарь Н. Адаптація першокласників до навчання в школі. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.* Серія : Педагогічні науки. 2013. № 7. С. 20–23.

2. Бабаян Ю. О., Тимченко Н. А. Особливості формування самооцінки молодшого школяра. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського.* Серія : Психологічні науки. 2014. № 12. С. 26–30.

3. Бондар Ю. В. Педагогічні умови формування творчих умінь в учнів початкової школи : монографія. 2020. 542 с.

4. Боришевський М. Й. Особистість у вимірах самосвідомості. Суми : Еллада, 2012. 608 с.

5. Бурсова С. Адаптація дитини до умов дошкільного навчального закладу як психолого-педагогічна проблема. *Педагогічні науки*. 2011. № 1. С. 49–53.

6. Варгата О. Психологічні особливості формування самооцінки молодших школярів. *Психологія*. 2019. № 1 (64). С. 70–74.

7. Василюк А. В. Обриси нової української школи і сучасна місія вчителів. *Гуманітарний простір науки*. 2018. № 19. С. 99–104.

8. Вербовський І. А. Ефективність цифровізації в управлінні освітніми ресурсами. *Академічні візії*. 2024. № 27. С. 45–52.

9. Вітюк О. Ю. Міжособистісна атракція як основа рівня самооцінки особистості. *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 8. С. 55-60.

10. Власова О. І. Педагогічна психологія : навч. посіб. Київ : Либідь, 2005. 400 с.

11. Ілляш С. Головні критерії і функції саморозуміння. *Молодь і ринок*. 2015. № 9. С. 49–54.

12. Ілляш С. Д. Самооцінка в молодшому шкільному віці та фактори, які її детермінують. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2010. Т. 2. С. 109–115.

13. Калюжна Є. М., Шевергіна М. В. Вплив самооцінки особистості на її академічну успішність у молодшому шкільному віці. *Молодий вчений*. 2016. № 5. С. 559–563.

14. Калюжна Є. М., Шевергіна М. В. Особливості взаємозв'язку самооцінки і тривожності у молодшому шкільному віці. *Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти*. 2015. Т. 2, № 2. С. 17–22.

15. Камінська О. В. Детермінанти виникнення низької самооцінки в молодшому шкільному віці. *Педагогічна та вікова психологія*. 2017. № 1. С. 34–38.

16. Касьянова О. М., Кравець Л. М., Бойко О. Ю. Віртуальна взаємодія в інклюзивному освітньому середовищі. *Academy Vision*. 2024. № 5. С. 33–39.

17. Ковалишин І. В. Самооцінка дітей молодшого шкільного віку (порівняльна характеристика). *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.* Серія : Психологія. 2011. № 46. С. 47–51.

18. Кошинська Л. О., Гуріна З. В. Особливості розвитку самооцінки молодшого школяра. *Молодий вчений*. 2016. № 1. С. 226–229.

19. Левінець Н. В. Використання цифрового освітнього середовища у взаємодії з дітьми: психолого-педагогічний аспект. *Інноваційна педагогіка*. 2024. № 76. С. 203–208.

20. Леонович К. Особливості взаємозв'язку самооцінки та рівня домагань у молодших школярів. *Магістр*. 2011. С. 102–104.

21. Меднікова Г. І. Дослідження самооцінки та рівня домагань особистості як динамічної системи. *Вісник ХДПУ*. 2001. С. 122–126.

22. Овчарук О. В. Роль інструментів моніторингу самооцінювання цифрової компетентності педагогів в умовах цифрового освітнього середовища. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2025. № 2. С. 17–27.

23. Нова українська школа: порадник для вчителя / О. В. Онопрієнко та ін. Київ : Літера, 2018. 160 с.

24. Павелків Р. В. Вікові особливості морального розвитку молодшого школяра. *Психологія: реальність і перспективи*. 2017. № 9. С. 5-12.

25. Павелків Р. В. Молодший школяр у моральному вимірі міжособистісних відносин. *Педагогіка*. 2003. С. 6–10.

26. Павлова Н. Цифрове освітнє середовище у контексті сучасної освіти. *Scientia*. 2024. № 1. С. 112–118.

27. Пеньковська Н. Розвиток здатності до самоаналізу у процесі особистісного становлення молодшого школяра. *Психологія і суспільство*. 2006. № 1. С. 113–120.

28. Пеньковська Н. Ю. Роль самооцінки у формуванні особистості дитини. *Початкова школа*. 2002. № 10. С. 5–8.

29. Попович І. С. Самооцінка як критерій соціально-психологічних очікувань. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка*. 2010. Т. 12. С. 326–333.

30. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2005. 360 с.

31. Соценко Г., Стребна О. Метод проєктів: сутність, вимоги до використання, етапи роботи. *Початкова освіта*. 2006. № 40. С. 3–8.

32. Сошенко С. М., Кірічко В. В. Вплив дорослих на формування самооцінки молодших школярів : матеріали науково-практичної конференції. 2017. С. 52.

33. Спірін О. М. Цифрова трансформація науково-освітнього середовища: сучасні тенденції та перспективи : матеріали науково-практичної конференції. 2025. С. 120–125.

34. Фурман В. В. Соціально-психологічна адаптація першокласників в умовах Нової української школи. 2019. 120 с.

35. Чайкіна С. В. Особливості формування самооцінки молодших школярів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2013. № 2. С. 223–230.

36. Berbets T., Vasylevska T. The role of success situations in ensuring a comfortable educational environment. *Modern engineering and innovative technologies*. 2023. № 29-04. P. 3–8.

37. Bandura A. *Self-efficacy: The exercise of control*. New York : W. H. Freeman and Company, 1997. 604 p.

38. Rosenberg M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton : Princeton University Press, 1965. 326 p.

39. Spielberger C. D. *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto : Consulting Psychologists Press, 1983. 76 p.

40. Sui C.-J., Yen M.-H., Chang C.-Y. Investigating effects of technology-enhanced learning environment on self-regulated learning. 2023. P. 1-10.

ДОДАТКИ

Додаток А
Методика дослідження самооцінки

Інструкція:

Перед вами представлені вертикальні шкали, які відображають різні якості людини. Нижня точка означає найнижчий рівень розвитку якості, верхня – найвищий.

На кожній шкалі:

— позначте рискою (–) рівень, який відповідає вам зараз;

— позначте хрестиком (×) рівень, якого ви хотіли б досягти.

Оцініть себе за такими якостями:

1. Розумові здібності
2. Успішність у навчанні
3. Характер
4. Поведінка
5. Зовнішність
6. Впевненість у собі
7. Популярність серед однолітків
8. Самостійність

(для кожного – вертикальна шкала від 0 до 100)

Додаток Б

Шкала тривожності Ч. Спілбергера (дитячий варіант)

Інструкція:

Прочитайте твердження і оберіть відповідь:

1 – майже ніколи

2 – іноді

3 – часто

Твердження (ситуативна тривожність):

1. Я хвилююся
2. Я нервую
3. Я боюся
4. Я напружений
5. Я почуваюся неспокійно
6. Я переживаю через оцінки
7. Я хвилююся, коли мене питають
8. Я боюся зробити помилку

Твердження (особистісна тривожність):

9. Я часто хвилююся без причини
10. Я швидко засмучуюсь
11. Я боюся нових ситуацій
12. Я переживаю за свою успішність
13. Я часто нервую
14. Я хвилююся за майбутнє
15. Я боюся, що у мене не вийде
16. Я переживаю, коли мене оцінюють

Додаток В

Методика С. В. Чайкіної (самооцінка молодших школярів)

Інструкція:

Прочитайте запитання і дайте відповідь.

Питання:

1. Чи подобаєшся ти собі?
2. Чи вважаєш ти себе хорошим учнем?
3. Чи часто тебе хвалять?
4. Чи засмучуєшся ти через помилки?
5. Чи порівнюєш себе з іншими дітьми?
6. Чи впевнений ти у своїх силах?
7. Чи боїшся ти відповідати на уроці?
8. Чи легко тобі знайомитися з іншими?
9. Чи часто ти думаєш, що ти гірший за інших?
10. Чи радієш ти своїм успіхам?

Додаток Г

Анкета щодо використання цифрового середовища

Інструкція:

Оберіть відповідь або напишіть свою.

Питання:

1. Скільки часу на день ти користуєшся телефоном/планшетом?

— до 1 години

— 1–3 години

— більше 3 годин

2. Для чого ти використовуєш гаджети?

— навчання

— ігри

— соцмережі

— інше

3. Чи подобається тобі навчатися з використанням комп’ютера?

— так

— ні

4. Чи засмучуєшся ти, якщо отримуєш мало лайків/оцінок онлайн?

— так

— ні

5. Чи порівнюєш ти себе з іншими в інтернеті?

— часто

— іноді

— ніколи

6. Чи допомагає тобі інтернет у навчанні?

— так

— ні

7. Чи відволікаєшся ти на ігри під час навчання?

— так

— ні

8. Чи відчуваєш ти втому після користування гаджетами?

— так

— ні

9. Чи краще тобі навчатися онлайн чи в класі?

— онлайн

— в класі

10. Чи впливає інтернет на твій настрій?

— так

— ні

11. Хто контролює час використання гаджетів?

— батьки

— вчителі

— самостійно

— ніхто

Додаток Д

Сирі результати дослідження

Результати психодіагностичних методик

№	Стать	Вік	Дембо (бали)	Рівень	Розенберг (бали)	Рівень
1	Ж	7	68	сер.	28	сер.
2	Ч	7	52	низ.	22	низ.
3	Ж	7	74	вис.	30	вис.
4	Ч	7	60	сер.	26	сер.
5	Ж	8	80	вис.	32	вис.
6	Ч	8	48	низ.	21	низ.
7	Ж	8	66	сер.	27	сер.
8	Ч	8	58	сер.	25	сер.
9	Ж	8	72	вис.	29	сер.
10	Ч	8	50	низ.	23	низ.
11	Ж	9	77	вис.	31	вис.
12	Ч	9	55	сер.	24	сер.
13	Ж	9	62	сер.	26	сер.
14	Ч	9	49	низ.	22	низ.
15	Ж	9	70	сер.	28	сер.
16	Ч	9	53	низ.	23	низ.
17	Ж	10	82	вис.	33	вис.
18	Ч	10	61	сер.	27	сер.
19	Ж	10	75	вис.	30	вис.
20	Ч	10	47	низ.	21	низ.
21	Ж	7	65	сер.	27	сер.
22	Ч	7	51	низ.	22	низ.
23	Ж	7	78	вис.	31	вис.
24	Ч	7	59	сер.	25	сер.
25	Ж	8	73	вис.	29	сер.
26	Ч	8	46	низ.	20	низ.
27	Ж	8	67	сер.	27	сер.
28	Ч	8	56	сер.	24	сер.
29	Ж	9	79	вис.	32	вис.

30	Ч	9	52	низ.	22	низ.
31	Ж	9	64	сер.	26	сер.
32	Ч	9	48	низ.	21	низ.
33	Ж	10	81	вис.	33	вис.
34	Ч	10	60	сер.	27	сер.
35	Ж	10	74	вис.	30	вис.
36	Ч	10	45	низ.	20	низ.
37	Ж	10	69	сер.	28	сер.
38	Ч	10	57	сер.	25	сер.
39	Ж	9	76	вис.	31	вис.
40	Ч	9	50	низ.	22	низ.

Додаток Е

Сирі результати дослідження

Емоційні показники та цифрова активність

№	Тривожність (бали)	Рівень	Чайкіна (бали)	Рівень	Цифрова активність
1	32	сер.	7	адекв.	сер.
2	40	вис.	5	зан.	вис.
3	28	низ.	8	адекв.	сер.
4	35	сер.	6	адекв.	вис.
5	25	низ.	9	зав.	сер.
6	42	вис.	4	зан.	вис.
7	33	сер.	7	адекв.	сер.
8	36	сер.	6	адекв.	вис.
9	30	сер.	8	адекв.	сер.
10	41	вис.	5	зан.	вис.
11	27	низ.	9	зав.	сер.
12	37	сер.	6	адекв.	вис.
13	34	сер.	7	адекв.	сер.
14	43	вис.	5	зан.	вис.
15	31	сер.	8	адекв.	сер.
16	39	вис.	5	зан.	вис.
17	26	низ.	9	зав.	сер.
18	35	сер.	7	адекв.	вис.
19	29	сер.	8	адекв.	сер.
20	44	вис.	4	зан.	вис.
21	33	сер.	7	адекв.	сер.
22	41	вис.	5	зан.	вис.
23	27	низ.	9	зав.	сер.
24	36	сер.	6	адекв.	вис.
25	30	сер.	8	адекв.	сер.
26	45	вис.	4	зан.	вис.
27	34	сер.	7	адекв.	сер.
28	38	сер.	6	адекв.	вис.

29	26	низ.	9	зав.	сер.
30	42	вис.	5	зан.	вис.
31	33	сер.	7	адекв.	сер.
32	44	вис.	4	зан.	вис.
33	25	низ.	9	зав.	сер.
34	36	сер.	7	адекв.	вис.
35	28	низ.	8	адекв.	сер.
36	46	вис.	4	зан.	вис.
37	32	сер.	7	адекв.	сер.
38	37	сер.	6	адекв.	вис.
39	27	низ.	9	зав.	сер.
40	43	вис.	5	зан.	вис.

Додаток З

Узагальнення результатів психодіагностичних методик (n = 40)

Показник	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Самооцінка	12 осіб (30%)	18 осіб (45%)	10 осіб (25%)
Самооцінка (шкала Розенберга)	11 осіб (27,5%)	17 осіб (42,5%)	12 осіб (30%)
Тривожність (методика Спілбергера)	8 осіб (20%)	19 осіб (47,5%)	13 осіб (32,5%)

Рівень сформованості самооцінки за методикою С. В. Чайкіної

Рівень самооцінки	Кількість учнів	Відсоток
Адекватна	19	47,5%
Завищена	9	22,5%
Занижена	12	30%

Рівень цифрової активності учнів

Рівень використання цифрового середовища	Кількість учнів	Відсоток
Високий	18	45%
Середній	14	35%
Низький	8	20%