

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО «Я» СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖІВ РІЗНОГО ПРОФЕСІЙНОГО СПРЯМУВАННЯ

Москаленко Олександр,

доктор філософії,

Національний університет фізичного виховання і спорту України,

м. Київ, вул. Фізкультури, 1, 03150, Україна;

<https://orcid.org/0009-0008-3020-8909>;

email: MoskalenkoSawa@ukr.net

Марченко Оксана,

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,

Національний університет фізичного виховання і спорту України,

м. Київ, вул. Фізкультури, 1, 03150, Україна;

<https://orcid.org/0009-0007-1959-0986>;

email: o.mar4enko17@gmail.com

Анотація. Актуальність. Критичний рівень гіподинамії серед молоді, домінування сидячих ІТ-активностей та популяризація ідеалізованих образів тіла в соціальних мережах формують дисфункціональний образ власного фізичного «Я». Особливої гостроти ця проблема набуває для здобувачів фахової передвищої освіти (16–20 років), оскільки цей період збігається з професійним самовизначенням і формуванням ціннісних орієнтацій. **Мета дослідження** – здійснити порівняльний аналіз самооцінки фізичного «Я» здобувачів фахової передвищої освіти різного професійного профілю для виявлення інституційних та статевих відмінностей. **Матеріал та методи дослідження.** У дослідженні взяли участь 365 студентів трьох закладів: спортивного (Коледж 1, n=155), фізкультурно-спортивного (Коледж 2, n=51) та технічного (Коледж 3, n=159) профілів. Використано адаптовану версію опитувальника «Physical Self-Description Questionnaire» (PSDQ). Застосовано непараметричні методи: критерій Краскела–Уолліса та критерій Манна–Уїтні з поправкою Бонферроні. **Результати дослідження.** Встановлено статистично значущу ієрархію самооцінки залежно від профілю закладу: найвищі показники – у Коледжі 1 (302 бали), середні – у Коледжі 2 (279), найнижчі – у Коледжі 3 (260) ($H = 100,80$; $p < 0,05$). Найбільші інституційні відмінності – за шкалами «Фізична активність» ($H = 86,43$) та «Сила» ($H = 63,10$). Студенти Коледжу 1 перевершують Коледж 3

за всіма шкалами ($p < 0,05$). Виявлено статеві відмінності: у Коледжах 2 та 3 самооцінка юнаків вища за показники дівчат ($p < 0,05$), у Коледжі 1 відмінності незначущі ($p = 0,214$). Дівчата оцінюють себе нижче за шкалами «Сила», «Витривалість», «Спортивні здібності», але вище за «Гнучкістю» та «Зовнішністю». У Коледжі 1 переважають студенти з дуже високим рівнем самооцінки (юнаки – 43,4 %, дівчата – 42,4 %), у Коледжі 3 – із середнім (50,0 % та 53,1 %). **Висновки.** Професійний профіль закладу та стать є ключовими чинниками, що визначають рівень і структуру самооцінки фізичного «Я». Найбільш адекватне самосприйняття характерне для студентів спортивного профілю, найнижче – для технічного. Виявлені закономірності створюють підґрунтя для розробки диференційованих психолого-педагогічних підходів.

Ключові слова: самооцінка фізичного розвитку, студенти коледжів, фізичне «Я», фахова передвища освіта, професійний профіль.

A COMPARATIVE ANALYSIS OF THE PHYSICAL SELF-CONCEPT AMONG COLLEGE STUDENTS IN VARIOUS PROFESSIONAL FIELDS

Moskalenko Oleksandr, Marchenko Oksana

Abstract. Topicality. The critical level of physical inactivity among young people, the dominance of sedentary IT activities and the popularization of idealized body images in social media form a dysfunctional image of one's own physical self. This problem is particularly acute for students of professional pre-higher education (16–20 years old), as this period coincides with professional self-determination and the formation of value orientations. **The purpose of the study** is to conduct a comparative analysis of physical self-esteem of students of professional pre-higher education of different professional profiles to identify institutional and sex differences. **Material and methods of the research.** The study involved 365 students from three institutions: sports (College 1, $n=155$), physical education and sports (College 2, $n=51$) and technical (College 3, $n=159$) profiles. An adapted version of the Physical Self-Description Questionnaire (PSDQ) was used. Non-parametric methods were applied: the Kruskal–Wallis test and the Mann–Whitney test with Bonferroni correction. **Results of the research.** A statistically significant hierarchy of self-esteem was established depending on the institution profile: the highest – in College 1 (302 points), average – in College 2 (279), lowest – in College 3 (260) ($H = 100.80$; $p < 0.05$). The greatest institutional differences are on the scales of «Physical Activity» ($H = 86.43$) and «Strength» ($H = 63.10$). College 1 students outperform College 3 on all scales ($p < 0.05$). Sex differences were revealed: in Colleges 2 and 3, self-esteem of young men is higher than that of girls ($p < 0.05$), in College 1 the differences are not significant ($p = 0.214$). Girls rate themselves lower on «Strength», «Endurance», «Sporting

Ability», but higher on «Flexibility» and «Appearance». College 1 is dominated by students with a very high level of self-esteem (young men – 43.4 %, girls – 42.4 %), College 3 – with an average level (50.0 % and 53.1 %). **Conclusions.** The professional profile of the institution and sex are key factors determining the level and structure of physical self-esteem. The most adequate self-perception is characteristic of students of the sports profile, the lowest – for the technical one. The identified patterns provide a basis for the development of differentiated psychological and pedagogical approaches.

Keywords: self-esteem of physical development, college students, physical self, professional pre-higher education, professional profile.

Постановка проблеми. Сучасна українська дійсність, детермінована складним комплексом воєнних, соціальних та економічних викликів, актуалізує потребу у формуванні молодого покоління, здатного до психологічної стійкості, швидкої адаптації та успішної конкуренції в глобальному просторі. У цих умовах сфера фізичної культури і спорту виходить за рамки суто оздоровчої функції, перетворюючись на потужний інструмент цілісного становлення особистості. Вона сприяє розвитку не лише фізичних якостей, а й фундаментальних психологічних характеристик: резиліентності, комунікативної компетентності та цілеспрямованості, що становлять основу професійної ідентичності та громадянської позиції (Шинкарук, 2002; Москаленко, 2025; Москаленко, Марченко, & Калабішка, 2025).

У цій парадигмі фізична підготовленість виступає індикатором системної рухової активності, тоді як самооцінка фізичної підготовленості розкриває здатність індивіда до рефлексії та адекватного сприйняття власного фізичного стану (Олійник, 2018; Круцевич, & Марченко, 2021; Москаленко, Марченко, & Калабішка, 2025).

Самооцінка, як комплексна характеристика особистості, виконує регулятивну функцію у поведінці, впливає на рівень мотивації, емоційний стан, соціальну адаптацію та навчальну ефективність (Левицька, 2017; Tiggemann, 2011; Swami, 2016). В структурі загального самосприйняття важливу роль відіграє фізичне «Я» – уявлення про власні фізичні можливості, тілесну привабливість та витривалість, що значною мірою визначає ставлення до фізичної активності (Holland, & Tiggemann, 2016).

Глобальна статистика засвідчує тривожну тенденцію: понад 80 % підлітків не досягають мінімальних норм рухової активності, рекомендованих ВООЗ (Андрєєва та співавт., 2024; Москаленко, 2025; Byshevets, et al., 2024). В Україні, за даними моніторингових досліджень, регулярною фізичною активністю охоплено лише близько 28 % юнаків і 18 % дівчат віком 15–19 років (Андрєєва та співавт., 2024). Гіподинамія, домінування сидячих ІТ-активностей і

популяризація в соціальних мережах ідеалізованих образів тіла формують «розрив очікувань», що сприяє розвитку негативного образу власного фізичного «Я» та дисфункціональної самооцінки (Москаленко, 2025; Tiggemann, 2011; Holland, & Tiggemann, 2016).

Для здобувачів фахової передвищої освіти ця проблема набуває особливої гостроти, оскільки віковий етап 16–20 років характеризується професійним самовизначенням, інтенсивним психофізіологічним дозріванням і формуванням ціннісних орієнтацій (Фурман, & Гуменюк, 2006; Онуфрієва, 2013; Kashuba, et al., 2020). Адекватна самооцінка фізичної підготовленості виступає детермінантом навчальної мотивації, соціальної адаптивності та емоційної стійкості студентів (Олійник, 2018; Круцевич, & Марченко, 2021; Fox, & Corbin, 1989; Swami, 2016). Водночас освітні програми закладів фахової передвищої освіти лише фрагментарно інтегрують систематичну корекцію самооцінки фізичної підготовленості в процес фізичного виховання (Москаленко, 2025; Москаленко та співавт., 2025).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Самооцінка як базовий психологічний феномен належить до основних характеристик особистості. Вона формується як на основі інформації, отриманої від оточуючих, так і через власну діяльність, спрямовану на усвідомлення своїх вчинків і якостей (Шинкарук, 2002; Гуменюк, 2004; Онуфрієва, 2013; Ліпковська, 2016). Цей феномен тісно пов'язаний із потребою людини в самоствердженні, що визначається співвідношенням між її реальними досягненнями та рівнем домагань. Дослідження самооцінки як базової особистісної характеристики беруть початок у працях У. Джеймса, К. Роджерса, А. Маслоу та отримали подальший розвиток у соціально-когнітивних концепціях Р. Баумайстера та М. Лірі (Fox, & Corbin, 1989; Fox, 1997; Tiggemann, 2011; Swami, 2016).

У психолого-педагогічному дискурсі самооцінка фізичної підготовленості визначається як суб'єктивна оцінка індивідом власних фізичних якостей, функціональних можливостей та досягнень у руховій діяльності (Шинкарук, 2002; Онуфрієва, 2013; Ліпковська, 2016; Круцевич, & Марченко, 2021). Дослідження Marsh та Shavelson, Fox підкреслюють динамічність і контекстуальну залежність цієї самооцінки, яка змінюється під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників (Марш, & Шавельсон, 1985; Fox, & Corbin, 1989; Fox, 1997). Науковці доводять, що фізичне «Я» є важливим структурним компонентом загального образу себе, а його формування безпосередньо пов'язане з переживанням успіху, позитивною соціальною взаємодією та участю в активних видах діяльності (Левицька, 2017; Криворука, & Лупійко, 2024; Deci, & Ryan, 2000; Tiggemann, 2011; Swami, 2016).

Дослідження українських науковців у галузі педагогіки і психології суттєво поглибили розуміння механізмів формування та функціонування самооцінки в юнацькому віці. Зокрема, І. М. Левицька (2017) виявила, що образ фізичного «Я» у ранній юності виступає потужним чинником самоставлення, впливаючи на емоційне сприйняття власної особистості та соціальну адаптацію. Цю лінію досліджень продовжили О. О. Олійник (2018) та Л. А. Онуфрієва (2015), які довели, що самооцінка є не лише індикатором актуального психологічного стану, а й важливою передумовою професійного становлення студентів, виступаючи структурним ядром їхньої Я-концепції. Водночас Ю. Ліпковська (2016) акцентувала увагу на особливостях формування адекватної самооцінки в шкільному віці, підкресливши роль педагогічного впливу та соціального оточення в цьому процесі.

У контексті фізичної культури і спорту українські вчені зосередили зусилля на вивченні самооцінки фізичної підготовленості як складової загального фізичного розвитку. Значний доробок у цьому напрямі належить Т. Круцевич та О. Марченко (2021; 2025), які з'ясували особливості самооцінки фізичного розвитку молодих чоловіків залежно від місця проживання (місто vs. село), виявивши суттєві регіональні відмінності. Подальшого розвитку ці дослідження набули в роботах О. Андрєєвої зі співавторами (2024), які на основі широкомасштабного моніторингу встановили кореляційні зв'язки між рівнем рухової активності, самооцінкою фізичної підготовленості та фізичною працездатністю учнівської молоді. Систематизацію теоретико-методологічних засад проблеми здійснено в роботах О. Марченко (2002; 2025), де обґрунтовано гендерний підхід до формування аксіологічної значущості фізичної культури школярів. Є. В. Криворука та Л. В. Лупійко (2024) провели теоретичний аналіз образу фізичного «Я», окресливши його структуру та чинники впливу.

Важливим етапом стало дослідження О. Москаленка, О. Марченко та І. Калабішки (2025), які, здійснивши порівняльний аналіз взаємозв'язку самооцінки та об'єктивних показників фізичної підготовленості студентів передвищої освіти, продемонстрували неузгодженість між суб'єктивним сприйняттям і реальним рівнем фізичних кондицій, що стало підґрунтям для розробки корекційних програм.

Водночас у науковому дискурсі спостерігається фрагментарність у трактуванні самих механізмів формування самооцінки фізичної підготовленості. Бракує цілісного уявлення про взаємодію соціальних, особистісних та освітніх чинників у конкретних умовах. Особливого значення ця проблема набуває для здобувачів фахової передвищої освіти, які перебувають на етапі становлення професійної ідентичності та потребують ефективних інструментів самовдосконалення, зокрема у сфері фізичної культури і спорту. Для майбутніх

фахівців у галузі фізичної культури та спорту адекватна самооцінка фізичної підготовленості є не лише компонентом професійної компетентності, а й ключовим чинником, що безпосередньо впливає на ефективність майбутньої професійної діяльності. Для здобувачів освіти інших спеціальностей (наприклад, ІТ-напряму) розвиток адекватної самооцінки фізичної підготовленості може стати стимулом до підвищення рухової активності та позитивно корелювати з розвитком когнітивних функцій. Саме це визначає актуальність проведеного дослідження.

Мета дослідження – здійснити порівняльний аналіз самооцінки фізичного «Я» здобувачів фахової передвищої освіти різного професійного профілю для виявлення інституційних та статевих відмінностей у структурі фізичного самосприйняття.

Проблематика роботи відповідає плану НДР у сфері фізичної культури і спорту НУФВСУ за темою 3.3 «Удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей, підлітків і молоді в закладах освіти» на 2021-2025 рр.

Для розв’язання поставлених завдань використовувався **комплекс методів дослідження**.

- теоретичні методи – компаративний аналіз вітчизняного та зарубіжного досвіду з проблеми самооцінки фізичної підготовленості та мотиваційних аспектів рухової активності;

- психодіагностичні методи – адаптована версія опитувальника «Самооцінка фізичного розвитку», розробленого на основі австралійського особистісного опитувальника *Physical Self-Description Questionnaire* (Marsh H.W.) (Swami, 2016);

- математико-статистичні методи – розрахунки проводилися за допомогою програм SPSS 17.0, Excel 2007 та Statistica 10.0; перевірка нормальності розподілу здійснювалася за допомогою W-критерію Шапіро–Уїлка; у випадках ненормального розподілу даних для опису центральної тенденції та варіативності використовувалися медіана (Me) та квартильний розмах (Q3–Q1); для міжгрупових порівнянь застосовувався H-критерій Краскела–Уолліса (Byshevets, et al., 2024); пост-хок аналіз та статеві відмінності оцінювалися за допомогою U-критерію Манна–Уїтні (Byshevets, et al., 2024).

- Емпіричною базою дослідження стали здобувачі передвищої фахової освіти спеціалізованих навчальних закладів, які представляють різні напрями підготовки – спортивний та технічний. Загалом у дослідженні взяли участь 365 респондентів (із них 217 юнаків і 148 дівчат), які навчалися у таких закладах:

- Коледж 1 – ВСП «Олімпійський фаховий коледж імені Івана Піддубного Національного університету фізичного виховання і спорту України» – 155

студентів (122 юнаки, 33 дівчини). Заклад є провідним у сфері спортивної освіти та має акцентовану спортивну спрямованість.

– Коледж 2 – ВСП «Івано-Франківський фаховий коледж фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України» – 51 студент (36 юнаків, 15 дівчат). Коледж здійснює підготовку фахівців з фізичного виховання з урахуванням регіональних особливостей.

– Коледж 3 – Київський фаховий коледж зв'язку – 159 студентів (110 юнаків, 49 дівчат). Освітній заклад спеціалізується в галузі інформаційно-комунікаційних технологій, що створює умови для аналізу особливостей формування самооцінки фізичної підготовленості студентів за умов зниженої рухової активності.

Дослідження проведені з дотриманням вимог Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації «Етичні принципи медичних досліджень за участю людини як об'єкта дослідження».

Результати дослідження. Для дослідження самооцінки фізичної підготовленості респондентів використано адаптовану версію опитувальника «Самооцінка фізичного розвитку» на основі австралійського особистісного опитувальника «Physical Self-Description Questionnaire» (PSDQ) Marsh H.W. (Swami, 2016). За результатами тестування визначаються десять показників фізичного «Я»: «здоров'я», «координація рухів», «фізична активність», «стрункість тіла», «спортивні здібності», «гнучкість», «витривалість», «зовнішній вигляд», «сила» та «глобальне фізичне Я», а також показник загальної самооцінки. Розраховано статистичні характеристики зазначених показників. Оскільки більшість із них не відповідали нормальному розподілу (критерій Шапіро–Уїлка, $p < 0,05$), застосовано непараметричні методи: критерій Краскела–Уолліса для багатогрупових порівнянь та критерій Манна–Уїтні з поправкою Бонферроні для парних зіставлень.

У дослідженні проаналізовано розподіл, центральну тенденцію та варіативність показників самооцінки фізичного «Я» у здобувачів фахової передвищої освіти залежно від професійного профілю закладу. Найбільшу увагу привертають результати студентів Коледжу 1, у яких зафіксовано значно вищу варіативність самооцінки та суттєвіше відхилення від нормального розподілу порівняно з іншими групами. Це свідчить про індивідуалізований характер самосприйняття, що може бути зумовлено специфічними чинниками спортивної діяльності: підвищеними вимогами до себе, високим рівнем конкуренції та розвиненими лідерськими якостями.

Порівняльний аналіз виявив статистично значущі розбіжності між групами за всіма шкалами PSDQ ($H = 23,94\text{--}86,43$; $p < 0,001$). Найвищі медіанні значення зафіксовано у здобувачів Коледжу 1, найнижчі – у Коледжу 3 (табл. 1).

Зокрема, показник «Фізична активність» у Коледжі 1 становив 33,0 бали (проти 30,0 у Коледжі 2 та 22,0 у Коледжі 3), а «Стрункість тіла» – 17,0 (проти 9,0 та 14,0 балів відповідно). Рівень «Глобального фізичного Я» також виявився ієрархічним: 31,0 – 31,0 – 27,0 балів. Результати Коледжу 2 є середніми, зокрема за параметрами «Координація рухів» та «Глобальне фізичне Я» (медіана 31 бал, квартильний розмах 6 і 9 балів відповідно). Натомість Коледж 3 показав нижчі результати за цими ж критеріями – 27 (8) та 27 (9) балів відповідно.

Таблиця 1

Статистичні характеристики самооцінки фізичного «Я» здобувачів освіти за результатами опитувальника фізичного самосприйняття «Physical Self-Description Questionnaire», (n=365)

№	Показник	Оцінка нормальності розподілу			Медіана (Me) та квартильний розмах (Q ₃ -Q ₁)					
					Коледж 1 (n=155)		Коледж 2 (n=51)		Коледж 3 (n=159)	
		W ₁	W ₂	W ₃	Me	(Q ₃ -Q ₁)	Me	(Q ₃ -Q ₁)	Me	(Q ₃ -Q ₁)
1	Здоров'я	0,902	0,908	0,909	30,0	21,0	22,0	8,0	23,0	7,0
2	Координація рухів	0,891	0,969*	0,972	32,0	6,0	31,0	6,0	27,0	8,0
3	Фізична активність	0,823	0,938	0,964	33,0	7,0	30,0	8,0	22,0	14,0
4	Стрункість тіла	0,874	0,793	0,918	17,0	23,0	9,0	7,0	14,0	13,0
5	Спортивні здібності	0,920	0,958*	0,962	30,0	8,0	30,0	7,0	26,0	10,0
6	Глобальне фізичне «Я»	0,918	0,898	0,950	31,0	8,0	31,0	9,0	27,0	10,0
7	Зовнішній вигляд	0,962	0,974*	0,970	25,0	8,0	24,0	5,0	23,0	5,0
8	Сила	0,928	0,966*	0,978	28,0	7,0	25,0	7,0	24,0	8,0
9	Гнучкість	0,924	0,974*	0,978	29,0	8,0	28,0	6,0	25,0	8,0
10	Витривалість	0,890	0,964*	0,975	30,0	8,0	27,0	9,0	23,0	12,0
11	Самооцінка	0,862	0,819	0,897	30,0	19,0	24,0	5,0	24,0	6,0

Примітка 1: Коледж 1 – Олімпійський фаховий коледж імені Івана Піддубного;

Коледж 2 – Івано-Франківський фаховий коледж фізичного виховання;

Коледж 3 – Київський фаховий коледж зв'язку

Порівняльний аналіз самооцінки профілю фізичного «Я» здобувачів фахової передвищої освіти різної професійної спрямованості виявив статистично значущі відмінності за всіма показниками у юнаків ($p < 0,05$). Критерій Краскела–Уолліса показав максимальні розбіжності за шкалами «Фізична активність» ($H = 86,43$) та «Сила» ($H = 63,10$), мінімальні – за шкалами «Зовнішній вигляд» ($H = 23,94$) та «Гнучкість» ($H = 25,51$), однак усі вони є

статистично значущими ($p < 0,05$). Найменші відмінності між ними зафіксовано за зовнішнім виглядом ($N=23,94$) та гнучкістю ($N=25,51$). Детальні результати попарних порівнянь наведено в таблиці 2.

Таблиця 2

Попарне порівняння показників самооцінки фізичного «Я» здобувачів освіти різного професійного профілю за результатами опитувальника фізичного самосприйняття «Physical Self-Description Questionnaire», ($n=365$)

№	Показник	Результати попарного порівняння								
		Коледж 1 і 2			Коледж 1 і 3			Коледж 2 і 3		
		U	Z	p	U	Z	p	U	Z	p
1	Здоров'я	2378,0	4,262	<0,05	7876,0	5,528	<0,05	3794,0	-0,689	0,4911
2	Координація рухів	3499,5	1,225	0,2204	6909,0	6,730	<0,05	2416,0	4,338	<0,05
3	Фізична активність	3252,0	1,896	0,0580	5205,5	8,848	<0,05	2011,5	5,409	<0,05
4	Стрункість тіла	1923,0	5,495	<0,05	9660,5	3,309	0,0009	2453,5	-4,239	<0,05
5	Спортивні здібності	3741,5	0,570	0,5686	7224,0	6,338	<0,05	2479,5	4,170	<0,05
6	Глобальне фізичне «Я»	3797,0	-0,420	0,6747	8408,5	4,866	<0,05	2581,5	3,900	0,0001
7	Зовнішній вигляд	3251,0	1,898	0,0577	8470,5	4,789	<0,05	3337,5	1,898	0,0578
8	Сила	2684,5	3,432	0,0006	6083,0	7,757	<0,05	2991,5	2,814	0,0049
9	Гнучкість	3453,5	1,350	0,1770	8384,5	4,895	<0,05	3081,5	2,575	0,0100
10	Витривалість	2999,5	2,579	0,0099	7321,0	6,218	<0,05	3070,0	2,606	0,0092
11	Самооцінка	2369,5	4,285	<0,05	7633,0	5,830	<0,05	3922,0	-0,350	0,7267

Примітка 1. U – критерій Манна-Уїтні.

Примітка 2. Z-статистика – стандартизована версія U-критерію, що використовується для точного розрахунку p-рівня для великих вибірок (понад 30 спостережень).

Примітка 3. p – рівень статистичної значущості.

Отримані результати дослідження вказують на значні відмінності у самосприйнятті фізичного «Я» серед здобувачів фахової передвищої освіти різного професійного профілю.

Респонденти Коледжу 1 дійсно мають найвищу самооцінку фізичного «Я» і позитивніше оцінюють свою фізичну форму, силу, витривалість та загальний стан здоров'я порівняно із здобувачами освіти інших коледжів. Натомість респонденти Коледжів 2 і 3 мають схожі оцінки і, незважаючи на те, що здобувачі освіти Коледжу 2 мають кращі результати, ніж здобувачі освіти Коледжу 3, статистично значущих ($p > 0,05$) відмінностей між цими двома групами за показниками «Здоров'я», «Зовнішній вигляд» та «Самооцінка» не виявлено.

Виключенням став такий показник фізичного «Я» як «Стрункість тіла», за яким респонденти Коледжу 3 статистично значуще ($p < 0,05$) переважають респондентів Коледжу 2.

Медіана загальної оцінки загальної самооцінки профілю фізичного «Я» здобувачів фахової передвищої освіти різного професійного профілю Коледжу 1 склала 302 (70) бала, Коледжу 2 – 279 (49), Коледжу 3 – 260 (55) балів та відповідають високому рівню самоопису (рис. 1).

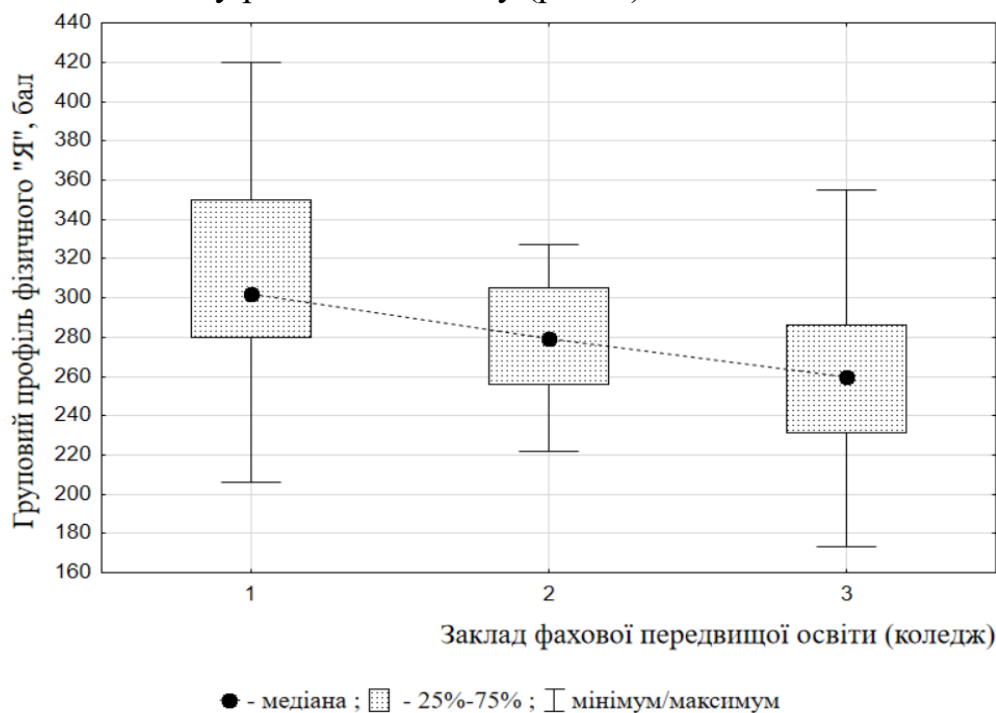


Рис. 1. Аналіз загальної самооцінки профілю фізичного «Я» здобувачів фахової передвищої освіти різного професійного профілю (n=365)

Дослідження виявило чітку ієрархію рівня загальної самооцінки фізичного «Я» серед студентів: Коледж 1 – 302 (70) бала, Коледж 2 – 279 (49) балів, Коледж 3 – 260 (55) балів. Різниця між Коледжем 1 та 2 склала 7,6 %, між Коледжем 1 та 3 – 13,9 %.

Статистичний аналіз підтвердив достовірність відмінностей: критерій Крускала-Уолліса $H=100,80$ ($p<0,05$). Попарні порівняння виявили статистично значущі відмінності між усіма групами:

Коледж 1 > Коледж 2 ($U=2404,0$; $Z=4,192$; $p < 0,05$);

Коледж 1 > Коледж 3 ($U=4475,0$; $Z=9,756$; $p < 0,05$);

Коледж 2 > Коледж 3 ($U=2530,0$; $Z=4,036$; $p < 0,05$).

Результати підтверджують статистично значущу ієрархію: Коледж 1 – найвищі показники, Коледж 2 – середні, Коледж 3 – найнижчі.

Порівняння результатів юнаків Коледжів 1 і 2 показало більш диференційовану картину: статистично значущі відмінності ($p < 0,05$)

фіксуються для окремих показників фізичного самосприйняття – зокрема здоров'я, стрункості тіла, сили та загальної самооцінки, при цьому загальна оцінка самосприйняття у юнаків Коледжу 1 статистично значуще ($p < 0,05$) перевищувала відповідний показник у юнаків Коледжу 2. Водночас юнаки Коледжу 2 мали статистично вищі значення за низкою інших параметрів: координацію рухів, рівень фізичної активності, спортивні здібності, глобальне фізичне «Я», зовнішній вигляд, силу, гнучкість та витривалість ($p < 0,05$). Натомість їхня самооцінка стрункості тіла була статистично значуще ($p < 0,05$) нижчою, ніж у юнаків Коледжу 3. Підсумовуючи, загальна оцінка фізичного образу «Я» у юнаків Коледжу 1 статистично значуще ($p < 0,05$) перевищує показники юнаків Коледжів 2 і 3, причому оцінка юнаків Коледжу 2 також є статистично значуще ($p < 0,05$) вищою за оцінку юнаків Коледжу 3 (див. табл. 3).

Таблиця 3

Попарне порівняння показників самооцінки фізичного «Я» юнаків коледжів різного професійного профілю (n=268)

№	Показник	Результати попарного порівняння								
		Коледж 1 і 2			Коледж 1 і 3			Коледж 2 і 3		
		U	Z	p	U	Z	p	U	Z	p
1	Здоров'я	1367,5	3,432	0,0006	4229,5	4,858	<0,05	1934,0	-0,207	0,8363
2	Координація рухів	2191,0	0,019	0,9851	4038,0	5,233	<0,05	1026,0	4,329	<0,05
3	Фізична активність	2026,5	0,701	0,4836	3412,5	6,459	<0,05	1039,5	4,268	<0,05
4	Стрункість тіла	1064,5	4,688	<0,05	5240,0	2,879	0,0040	1179,5	-3,632	0,0003
5	Спортивні здібності	2158,5	-0,153	0,8781	3948,0	5,410	<0,05	1100,0	3,993	0,0001
6	Глобальне фізичне «Я»	1936,5	-1,074	0,2830	4645,5	4,043	0,0001	1139,0	3,816	0,0001
7	Зовнішній вигляд	1991,0	0,848	0,3966	4550,0	4,230	<0,05	1382,5	2,711	0,0067
8	Сила	1708,0	2,021	0,0433	3466,5	6,353	<0,05	1266,0	3,240	0,0012
9	Гнучкість	2154,5	0,170	0,8650	4814,5	3,712	0,0002	1322,5	2,983	0,0029
10	Витривалість	1736,0	1,905	0,0568	4273,5	4,772	<0,05	1515,0	2,109	0,0349
11	Самооцінка	1356,0	3,480	0,0005	3855,5	5,591	<0,05	1842,0	0,624	0,5324
	Всього	1599,0	2,473	0,0134	2689,0	7,876	<0,05	1019,0	4,361	<0,05

Примітка 1. Виділення у випадку доведеної статистичної значущості відмінностей на рівні 0,05.

Примітка 2. U – критерій Манна-Уїтні.

Примітка 3. Z-статистика – стандартизована версія U-критерію, що використовується для точного розрахунку p-рівня для великих вибірок (понад 30 спостережень).

Примітка 4. p – рівень статистичної значущості.

Порівняльний міжгруповий аналіз підтвердив, що результати студенток Коледжу 3 є статистично значуще нижчими ($p < 0,05$) порівняно зі студентками Коледжу 1 за більшістю досліджуваних показників. Винятками є стрункість тіла та загальна самооцінка, де відмінності між Коледжем 3 і Коледжем 1 не досягли статистичної значущості. Детальні числові значення та рівні значущості наведені в таблиці 4.

Разом із тим дівчата Коледжу 2 демонструють статистично значущі відмінності ($p < 0,05$) порівняно з дівчатами Коледжу 1 за більшістю показників, за винятком спортивних здібностей, глобального сприйняття фізичного «Я» та витривалості.

Таблиця 4

Попарне порівняння показників самооцінки фізичного «Я» дівчат коледжів різного професійного профілю (n=97)

№	Показник	Результати попарного порівняння								
		Коледж 1 і 2			Коледж 1 і 3			Коледж 2 і 3		
		U	Z	p	U	Z	p	U	Z	p
1	Здоров'я	133,0	2,536	0,0112	545,5	2,482	0,0131	308,0	-0,935	0,3498
2	Координація рухів	155,5	2,035	0,0418	405,5	3,806	0,0001	292,5	1,181	0,2377
3	Фізична активність	144,5	2,280	0,0226	185,5	5,886	<0,05	157,5	3,320	0,0009
4	Стрункість тіла	110,5	3,036	0,0024	645,5	1,537	0,1244	232,0	-2,140	0,0324
5	Спортивні здібності	209,0	0,845	0,3980	522,0	2,704	0,0068	257,5	1,735	0,0827
6	Глобальне фізичне «Я»	220,5	0,589	0,5556	557,5	2,369	0,0179	281,0	1,363	0,1729
7	Зовнішній вигляд	133,0	2,536	0,0112	577,5	2,180	0,0293	305,0	-0,983	0,3258
8	Сила	102,0	3,225	0,0013	361,0	4,227	<0,05	311,0	0,888	0,3748
9	Гнучкість	135,0	2,491	0,0127	451,5	3,371	0,0007	360,5	-0,103	0,9180
10	Витривалість	172,0	1,668	0,0953	415,0	3,716	0,0002	277,5	1,418	0,1561
11	Самооцінка	141,5	2,347	0,0189	622,0	1,759	0,0786	260,5	-1,688	0,0914
	Всього	78,5	3,748	0,0002	223,0	5,532	<0,05	333,0	0,539	0,5900

Примітка 1. Виділення у випадку доведеної статистичної значущості відмінностей на рівні 0,05.

Примітка 2. U – критерій Манна-Уїтні.

Примітка 3. Z-статистика – стандартизована версія U-критерію, що використовується для точного розрахунку p-рівня для великих вибірок (понад 30 спостережень).

Примітка 4. p – рівень статистичної значущості.

Дівчата Коледжів 2 і 3 за більшістю показників статистично не відрізняються ($p > 0,05$); винятками є рівень фізичної активності, який студентки Коледжу 2 оцінюють значно вищим ($p < 0,05$), та стрункість тіла, яку вони оцінюють нижче, ніж студентки Коледжу 3. Зауважимо також, що на відміну від юнаків між студентками Коледжів 2 і 3 не виявлено статистично значущої різниці в загальному сприйнятті свого фізичного «Я» ($p > 0,05$). Водночас загальна оцінка фізичного «Я» студенток Коледжу 1 статистично значуще перевищує відповідні показники студенток Коледжів 2 і 3 ($p < 0,05$).

Проведений аналіз дозволяє зробити комплексний висновок про самооцінку фізичного «Я» у здобувачів освіти. Встановлено, що ключовими чинниками, які визначають рівень самооцінки фізичного «Я», є освітньо-професійний профіль навчального закладу та стать.

Інституційні відмінності. Представники Коледжу 1 (юнаки і дівчата) демонструють значно вищу частоту випадків дуже високої самооцінки, що, ймовірно, пов'язано з їхніми реалістичними спортивними досягненнями, регулярними тренуваннями та успішною участю в змаганнях. Натомість у юнаків і дівчат у Коледжах 2 та 3, частка студентів з дуже високою самооцінкою зменшується, тоді як частка осіб із середнім рівнем помітно зростає. Це свідчить про прямий зв'язок між спортивною кваліфікацією та рівнем самосприйняття фізичного «Я» здобувачів освіти.

Статеві відмінності. Хоча в Коледжі 1 стать не є значущим чинником у формуванні дуже високої самооцінки фізичної підготовленості, в інших коледжах спостерігаються виразні статеві відмінності. Так, у Коледжі 2 дівчата статистично значуще частіше мають середній рівень самооцінки фізичного «Я», ніж юнаки, що може бути відображенням соціокультурних стереотипів щодо жіночої ролі у спорті. У Коледжі 3 спостерігається аналогічна, хоч і статистично незначуща, тенденція до нижчої самооцінки фізичного «Я» у дівчат. Це підкреслює важливість розробки гендерно-чутливих підходів у майбутніх корекційних програмах.

Таким чином, результати дослідження показують, що самооцінка ФП та фізичного «Я» є складним конструктом, що формується під впливом як об'єктивних досягнень, так і суб'єктивних соціокультурних факторів.

Дискусія. Отримані результати порівняльного аналізу самооцінки фізичного «Я» здобувачів фахової передвищої освіти різного професійного профілю дозволяють провести паралелі з низкою сучасних досліджень як у вітчизняному, так і в зарубіжному науковому дискурсі.

Насамперед варто відзначити, що професійний профіль закладу освіти виявився визначальним чинником формування самооцінки фізичної підготовленості: студенти спортивно-орієнтованого Коледжу 1 демонструють

найвищі показники за всіма шкалами PSDQ, тоді як у Коледжі 3 (технічний профіль) зафіксовано найнижчі значення (Москаленко, Марченко, & Калабішка, 2025). Цей результат узгоджується з дослідженнями Junger, який показав, що вибір спеціальності впливає на рівень рухової активності студентів країн Вишеградської групи (Москаленко, 2025). Водночас наше дослідження поглиблює цей висновок, оскільки демонструє, що профіль закладу впливає не лише на об'єктивну рухову активність, а й на суб'єктивне сприйняття власних фізичних можливостей, формуючи стійкі відмінності в структурі фізичного самосприйняття. Ієрархія показників (Коледж 1 > Коледж 2 > Коледж 3) свідчить про кумулятивний ефект освітнього середовища, де інтенсивність тренувань, рівень конкуренції та спортивні досягнення виступають ключовими модераторами самооцінки. Це положення підтверджує теоретичні засади, сформульовані Marsh та Shavelson (Марш, & Шавельсон, 1985), щодо контекстуальної залежності фізичного самосприйняття та його чутливості до зовнішніх умов діяльності.

Не менш важливим результатом є виявлення суттєвих розбіжностей між самооцінкою студентів та їхніми реальними фізичними кондиціями. Подібну тенденцію раніше спостерігали Круцевич та Бакіко, які зафіксували низьку відповідність між суб'єктивними й об'єктивними оцінками фізичної підготовленості школярів та студентів (Москаленко, 2025). Однак наше дослідження виявило, що ця неузгодженість має різну вираженість залежно від професійного профілю: найбільш адекватну самооцінку демонструють студенти Коледжу 1, незважаючи на найвищі об'єктивні показники (Москаленко, 2025; (Москаленко, Марченко, & Калабішка, 2025). Це дає підстави стверджувати, що систематичні заняття спортом та змагальна діяльність сприяють формуванню більш реалістичного сприйняття власних можливостей завдяки регулярному зіставленню з об'єктивними результатами, тоді як у технічному закладі, де частота тренувань є значно нижчою (10,1 % проти 92,9 % у Коледжі 1) (Москаленко, 2025), механізми зворотного зв'язку виявляються недостатньо розвиненими.

Особливу увагу привертає несподіваний результат щодо шкали «Стрункість тіла»: студенти Коледжу 3 мають вищу самооцінку за цим показником порівняно з Коледжем 2, що суперечить загальній ієрархії, де Коледж 1 домінує за більшістю шкал (Москаленко, 2025). Імовірно, це пояснюється специфікою контингенту технічного закладу, де нижчий рівень рухової активності супроводжується орієнтацією на медійні стандарти худорлявості, а не на функціональні показники фізичної підготовленості. Цей феномен частково узгоджується з дослідженнями G. Holland та M. Tiggemann

(2016), які показали, що соціальні мережі формують ідеалізовані уявлення про тіло, які можуть суттєво розходитися з реальним рівнем фізичних кондицій.

Нарешті, отримані результати розширюють висновки Т. Круцевич та О. Марченко (2021) щодо регіональних відмінностей у самооцінці фізичного розвитку молодих чоловіків. Наше дослідження доводить, що не лише географічний, а й освітньо-професійний контекст є суттєвим модератором самооцінки. Крім того, воно конкретизує теоретичні положення І. М. Левицької (2017) про вплив образу фізичного «Я» на самоставлення в юнацькому віці, виявляючи, що цей вплив суттєво модулюється особливостями освітнього середовища.

Таким чином, проведене дослідження не лише підтверджує актуальні тенденції у світовій та національній науці, але й робить оригінальний внесок у розуміння механізмів формування самооцінки фізичного «Я», виявляючи інституційні та статеві відмінності у структурі фізичного самосприйняття здобувачів фахової передвищої освіти.

Висновки. У результаті порівняльного аналізу самооцінки фізичного «Я» здобувачів фахової передвищої освіти встановлено статистично значущу ієрархію залежно від професійного профілю закладу: найвищі показники зафіксовано у студентів Коледжу 1 (спортивний профіль), середні – у Коледжі 2 (фізкультурно-спортивний), найнижчі – у Коледжі 3 (технічний). Медіана загальної самооцінки фізичного «Я» становила 302, 279 та 260 балів відповідно ($N = 100,80$; $p < 0,05$). Інституційні відмінності виявилися найбільш вираженими за шкалами «Фізична активність» ($N = 86,43$) та «Сила» ($N = 63,10$), найменші – за шкалами «Зовнішній вигляд» ($N = 23,94$) та «Гнучкість» ($N = 25,51$).

Попарні порівняння підтвердили, що студенти Коледжу 1 статистично значуще ($p < 0,05$) перевершують Коледж 3 за всіма шкалами «Physical Self-Description Questionnaire». Між Коледжами 2 і 3 не виявлено статистично значущих відмінностей за шкалами «Здоров'я», «Зовнішній вигляд» та «Самооцінка» ($p > 0,05$), однак за показником «Стрункість тіла» студенти Коледжу 3 мають вищі значення, ніж Коледж 2 ($p < 0,05$), що вказує на специфіку самооцінки тілесності в технічному закладі.

Виявлено суттєві статеві відмінності: у Коледжах 2 та 3 загальна самооцінка фізичного «Я» юнаків статистично значуще перевищує показники дівчат ($p < 0,05$), тоді як у Коледжі 1 статеві відмінності не досягли статистичної значущості ($p = 0,214$). Дівчата в усіх групах оцінюють себе нижче за шкалами «Сила», «Витривалість» та «Спортивні здібності», проте вище – за «Гнучкістю» та «Зовнішністю».

Аналіз розподілу за рівнями самооцінки показав, що в Коледжі 1 переважають студенти з дуже високим рівнем (юнаки – 43,4 %, дівчата – 42,4 %),

тоді як у Коледжі 3 домінує середній рівень (юнаки – 50,0 %, дівчата – 53,1 %); у Коледжі 2 середній рівень частіше спостерігається у дівчат (66,7 %), ніж у юнаків (41,7 %).

Отримані результати підтверджують, що професійний профіль закладу та стать є ключовими чинниками, які визначають рівень і структуру самооцінки фізичного «Я». Виявлені закономірності створюють підґрунтя для розробки диференційованих психолого-педагогічних підходів до формування адекватного фізичного самосприйняття в закладах різного профілю.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та експериментальній апробації програми психолого-педагогічного супроводу, спрямованої на корекцію самооцінки фізичної підготовленості у студентів технічних спеціальностей, де зафіксовано найнижчі показники. Крім того, потребує подальшого дослідження вплив соціальних мереж та медіа-середовища на формування образу фізичного «Я» сучасної молоді, зокрема з урахуванням гендерних стереотипів.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Андрєєва, О. В., Дудко, М. В., Мартин, П. М., Єракова, Л. А., Соботюк, С. А., & Князєв-Шевчук, А. А. (2024). Рівень рухової активності, самооцінки фізичної підготовленості та фізичної працездатності учнівської молоді у сучасному вимірі. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, 11(184), 13–18.

2. Гуменюк, О. Є. (2004). *Психологія Я-концепції: навчальний посібник*. Економічна думка.

3. Криворука, Є. В., & Лупійко, Л. В. (2024). Теоретичний аналіз образу фізичного «Я» у психологічній науці. *Наукові перспективи*, 10(52), 86–89. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-10\(52\)](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-10(52))

4. Круцевич, Т., & Марченко, О. (2021). Самооцінка особливостей та адекватності фізичного розвитку молодих чоловіків міста та села. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*, 2(54), 69–78. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-02-69-78>

5. Левицька, І. М. (2017). Вплив образу фізичного «Я» на самоставлення та розвиток особистості у ранньому юнацькому віці. *Молодий вчений*, (3), 267–271. http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_3_64

6. Ліпковська, Ю. (2016). Формування адекватної самооцінки у школярів. *Психологічні виміри культури, економіки, управління*, (9), 61–69.

7. Марш, Х. В., & Шавельсон, Р. (1985). Я-концепція: її багатогранна ієрархічна структура. *Педагогічний психолог*, 20(3), 107–123. https://doi.org/10.1207/s15326985sep2003_1
8. Москаленко, О. В. (2025). *Корекція самооцінки фізичної підготовленості здобувачів фахової передвищої освіти в процесі занять спортом* [Дисертація доктора філософії, Національний університет фізичного виховання і спорту України]. <https://uni-sport.edu.ua/content/moskalenko-oleksandr-viktorovych>
9. Москаленко, О., Марченко, О., & Калабішка, І. (2025). Взаємозв'язок самооцінки та об'єктивних показників фізичної підготовленості студентів передвищої освіти: порівняльний аналіз. *Sport Science Spectrum*, (1), 55–63. <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-1>
10. Олійник, О. О. (2018). Самооцінка як передумова професійного становлення студентів. *Теорія і практика сучасної психології*, (1), 97–101.
11. Онуфрієва, Л. А. (2013). Самооцінка як складова Я-концепції майбутніх фахівців. *Проблеми сучасної психології*, (22), 396–412.
12. Шинкарук, В. І. (Ред.). (2002). *Філософський енциклопедичний словник*. Абрис.
13. Фурман, А. В., & Гуменюк, О. С. (2006). *Психологія Я-концепції: навчальний посібник*. Новий світ-2000.
14. Byshevets, N., Andrieieva, O., Goncharova, N., Shynkaruk, O., Hakman, A., Usuchenko, V. I., & Synihovets, I. (2024). General regression modeling of the impact of physical activity on stress-related states in higher education students during military conflict. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(9), 1147–1158.
15. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
16. Fox, K. R. (1997). *The physical self-perception profile manual*. Human Kinetics.
17. Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 408–430. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.408>
18. Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*, 17, 100–110. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>
19. Kashuba, V., Stepanenko, O., Byshevets, N., Kharchuk, O., Savliuk, S., Bukhovets, B., Grygus, I., Napierała, M., Skaliy, T., Hagner-Derengowska, M., & Zukow, W. (2020). The formation of human movement and sports skills in processing sports-pedagogical and biomedical data in masters of sports. *International Journal of*

20. Swami, V. (2016). Body image in emerging adults. In J. J. Arnett (Ed.), *Oxford handbook of emerging adulthood* (pp. 401–417). Oxford University Press.

21. Tiggemann, M. (2011). Sociocultural perspectives on body image. In T. F. Cash, & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 12–20). Guilford Press.

REFERENCES

1. Andrieieva, O. V., Dudko, M. V., Martyn, P. M., Yerakova, L. A., Sobotiuk, S. A., & Kniaziev-Shevchuk, A. A. (2024). Riven rukhovoï aktyvnosti, samoôtsinky fizychnoi pidhotovlenosti ta fizychnoi pratsezdatsnosti uchnivskoi molodi u suchasnomu vymiri [Level of physical activity, self-assessment of physical fitness, and physical performance of student youth in the modern dimension]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriiia Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)* [Scientific Journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sports)], 11(184), 13–18.

2. Humeniuk, O. Ye. (2004). *Psykhohohiia Ya-kontseptsii: navchalnyi posibnyk* [Psychology of the self-concept: A study guide]. Ekonomichna Dumka.

3. Kryvoruka, Ye. V., & Lupiiko, L. V. (2024). Teoretychnyi analiz obrazu fizychnoho "Ia" u psykhohohichnii nautsi [Theoretical analysis of the physical self-image in psychological science]. *Naukovi perspektyvy* [Scientific Perspectives], 10(52), 86–89. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-10\(52\)](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-10(52))

4. Krutsevych, T., & Marchenko, O. (2021). Samoôtsinka osoblyvostei ta adekvatnosti fizychnoho rozvytku molodykh cholovikiv mista ta sela [Self-assessment of the characteristics and adequacy of physical development of young urban and rural men]. *Fizychnye vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi* [Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society], 2(54), 69–78. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2021-02-69-78>

5. Levytska, I. M. (2017). Vplyv obrazu fizychnoho "Ia" na samostavlennia ta rozvytok osobystosti u rannomu yunatskomu vitsi [The influence of the physical self-image on self-attitude and personality development in early adolescence]. *Molodyi vchenyi* [Young Scientist], (3), 267–271. http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_3_64

6. Lipkovska, Yu. (2016). Formuvannia adekvatnoi samoôtsinky u shkoliariv [Formation of adequate self-esteem in schoolchildren]. *Psykhohohichni vymiry kultury, ekonomiky, upravlinnia* [Psychological Dimensions of Culture, Economics, and Management], (9), 61–69.

7. Marsh, H. W., & Shavelson, R. (1985). Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structure. *Educational Psychologist*, 20(3), 107–123. https://doi.org/10.1207/s15326985ep2003_1
8. Moskalenko, O. V. (2025). Korektsiia samootsinky fizychnoi pidhotovlenosti zdobuvachiv fakhovoi peredvyshchoi osvity v protsesi zaniat sportom [Correction of self-assessment of physical fitness among students of professional pre-higher education in the process of sports training] [Doctoral dissertation, National University of Ukraine on Physical Education and Sport]. <https://uni-sport.edu.ua/content/moskalenko-oleksandr-viktorovych>
9. Moskalenko, O., Marchenko, O., & Kalabishka, I. (2025). Vzaiemozviazok samootsinky ta obiektyvnykh pokaznykiv fizychnoi pidhotovlenosti studentiv peredvyshchoi osvity: porivnialnyi analiz [The relationship between self-assessment and objective indicators of physical fitness of pre-higher education students: A comparative analysis]. *Sport Science Spectrum*, (1), 55–63. <https://doi.org/10.32782/spectrum/2025-1>
10. Oliinyk, O. O. (2018). Samootsinka yak peredumova profesiinoho stanovlennia studentiv [Self-esteem as a precondition for students' professional development]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii* [Theory and Practice of Modern Psychology], (1), 97–101.
11. Onufriieva, L. A. (2013). Samootsinka yak skladova Ya-kontseptsii maibutnikh fakhivtsiv [Self-esteem as a component of future specialists' self-concept]. *Problemy suchasnoi psykholohii* [Problems of Modern Psychology], (22), 396–412.
12. Shynkaruk, V. I. (Ed.). (2002). *Filosofskyi entsyklopedychnyi slovnyk* [Philosophical encyclopedic dictionary]. Abrys.
13. Furman, A. V., & Humeniuk, O. S. (2006). *Psykholohiia Ya-kontseptsii: navchalnyi posibnyk* [Psychology of the self-concept: A study guide]. Novyi Svit-2000.
14. Byshevets, N., Andrieieva, O., Goncharova, N., Shynkaruk, O., Hakman, A., Usuchenko, V. I., & Synihovets, I. (2024). General regression modeling of the impact of physical activity on stress-related states in higher education students during military conflict. *Journal of Physical Education and Sport*, 24(9), 1147–1158.
15. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
16. Fox, K. R. (1997). *The physical self-perception profile manual*. Human Kinetics.
17. Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 408–430. <https://doi.org/10.1123/jsep.11.4.408>

18. Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*, 17, 100–110. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>
19. Kashuba, V., Stepanenko, O., Byshevets, N., Kharchuk, O., Savliuk, S., Bukhovets, B., Grygus, I., Napierała, M., Skaliy, T., Hagner-Derengowska, M., & Zukow, W. (2020). The formation of human movement and sports skills in processing sports-pedagogical and biomedical data in masters of sports. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 8(5), 249–257. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080513>
20. Swami, V. (2016). Body image in emerging adults. In J. J. Arnett (Ed.), *Oxford handbook of emerging adulthood* (pp. 401–417). Oxford University Press.
21. Tiggemann, M. (2011). Sociocultural perspectives on body image. In T. F. Cash, & L. Smolak (Eds.), *Body image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 12–20). Guilford Press.

*Статтю надіслано до редколегії 22.07.2026 р.
Статтю рекомендовано до друку 10.09.2026 р.
Статтю опубліковано 14.10.2026 р.*

*Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу
Creative Commons Attribution License*