

На правах рукописи



ДЕГОВЦЕВ Николай Сергеевич

СРЕДОВЫЕ И ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЕ ПРЕДИКТОРЫ САМООЦЕНКИ

5.3.1 – Общая психология, психология личности,
история психологии
(психологические науки)

Автореферат

диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Краснодар

2024

Работа выполнена на кафедре психологии ФГБОУ ВО
«Кубанский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма»

Научный руководитель: **Горская Галина Борисовна**
доктор психологических наук, профессор

Официальные оппоненты: **Толочек Владимир Алексеевич**
доктор психологических наук, профессор,
главный научный сотрудник ФГБ УН
«Институт психологии Российской академии
наук» Минобрнауки Российской Федерации

Ловягина Александра Евгеньевна
кандидат психологических наук, доцент, и.о.
заведующего кафедрой общей психологии
ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский
государственный университет» Минобрнауки
Российской Федерации

Ведущая организация: ФГБОУ ВО «Национальный государственный
университет физической культуры, спорта и
здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-
Петербург» Минспорт Российской Федерации

Защита состоится «14» марта 2025 года в 10:00 часов на заседании диссертационного совета 24.2.320.02, созданного на базе ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», по адресу: 350040, г. Краснодар, ул. Ставропольская, д. 149.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет», по адресу: 350040, г. Краснодар, ул. Ставропольская, д. 149 (читальный зал), и на официальном сайте вуза <http://docspace.kubsu.ru/docspace/handle/1/1829>.

Текст автореферата размещен на официальном сайте Высшей аттестационной комиссии (ВАК): <https://vak.minobrnauki.gov.ru>; на сайте ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет» <https://kubsu.ru/ru/science/dissertations/24232002>.

Автореферат разослан «_____» _____ 2025 г.

Ученый секретарь
диссертационного совета



О.В. Назарова

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Анализ многолетних исследований самооценки показывает важность данного феномена в функционировании личности в окружающей среде. Самооценка имеет определяющее значение в успешности профессиональной деятельности (О.Н. Молчанова, 2010; В.А. Сохликова, 2017; В.А. Толочек, 2017; D.A. Ritonga, 2019), является ресурсом социальной адаптации личности (Г.Б. Горская, 2020), обеспечивает эффективную коммуникацию с социальным окружением (Е.В. Булычева, 2023), способствует формированию конструктивных стратегий преодоления стресса (С. Cozzarelli, 1993; Ю.В. Постылякова, 2004; Т.С. Войтехович, 2016), представляет собой фактор формирования удовлетворенности от жизни, профилактики неблагоприятных эмоциональных состояний (G. Coudevulle, 2011; М.С. Pérez-Fuentes, 2019; Е.В. Булычева, 2023; Т.Г. Глухова, 2023), а так же показателем психологического здоровья личности (М.В. Хватова, 2011). Особую роль приобретают приспособительные свойства самооценки в условиях современного общества. В работах А.Н. Демина (А.Н. Демин, 2020; 2023), А.Г. Асмолова (А.Г. Асмолов, 2018), З.И. Рябикиной (З.И. Рябикина, 2017) указывается на стремительные изменения в сферах общественной жизни, в исторически сложившихся процессах социализации человека. Иными словами, эпоха неопределенности создает новые условия формирования личности. Специалисты в области психологии и педагогики еще с прошлого столетия начали обращать внимание на первые признаки ускорения процессов в обществе, в связи с чем в научной литературе встречается множество концепций, направленных на усиление приспособительных свойств психики. К таким направлениям относятся идеи ресурсного подхода, представленные в работах В.Н. Дружинина (В.Н. Дружинин, 2007), К.А. Альбухановой (К.А. Абульханова, 1991), М.А. Холодной (М.А. Холодная, 2016), С.А. Хазовой (С.А. Хазова, 2014), Л.И. Ларионовой (Л.И. Ларионова, 2017), А.Г. Самохваловой (А.Г. Самохвалова, 2017), А.Н. Леонтьева (А.Н. Леонтьев, 2009), Е.А. Петровой (Е.А. Петрова, 2008), Е.Ю. Кожевниковой (Е.Ю. Кожевникова, 2021), А.Г. Маклакова (А.Г. Маклаков, 2013; 2014), В.А. Толочека (В.А. Толочек, 2017); теории преадаптации А.Г. Асмолова (А.Г. Асмолов, 2021), Э.Ф. Зеера (Э.Ф. Зеер, 2020; 2021); принцип опережающей постановки задач в спортивной деятельности, сформулированный Ю.В. Верхошанским (Ю.В. Верхошанский, 1985) и представленный в работах Г.Б. Горской (Г.Б. Горская, 2016; 2017); концепция формирования универсальных умений в обучении А.Н. Тубельского (А.Н. Тубельский, 2007). Анализ указанных концепций позволяет определить задачу по формированию человека нового времени, которая заключается, с одной стороны в раскрытии его личностного потенциала и доведении его до осознанной формы, с другой стороны – в необходимости заблаговременного формирования жизненно важных качеств личности, к которым относится самооценка. На основании изложенных исследовательских материалов можно сделать вывод о наличии противоречия между ростом значимости самооценки как ресурса конструктивного включения личности в современный жизненный мир и недостатком реалистичных научных данных о комплексе

внутриличностных и средовых предикторов, определяющих ее свойства как ресурса включения личности во взаимодействие с социумом.

Исследования самооценки подтвердили необходимость ее рассмотрения в сочетании с такими параметрами, как уровень притязаний, степень расхождения уровня притязаний и самооценки, дифференцированность самооценки и уровня притязаний. Сочетания данных параметров могут носить как конструктивный, так и неблагоприятный характер (А.М. Прихожан, 1988). Например, слабо дифференцированные самооценка и уровень притязаний при малом расхождении между собой свидетельствуют о том, что человек не ждет от себя высоких результатов и, соответственно, не готов добиваться больших целей. Высокая самооценка в сочетании с очень высоким уровнем притязаний при сильной дивергенции данных параметров свидетельствует об общем положительном отношении человека к себе, основанном на эмоциональной оценке, а не на объективных результатах. Низкие показатели самооценки и уровня притязаний при слабом расхождении между собой говорят о том, что субъект не видит собственных возможностей, а его отношение к себе отличается низкой ценностью. Подобного рода проявления самооценки для взрослого человека могут выступать существенными барьерами к формированию благополучной жизни (Л.В. Бороздина, 2011; 2012). Более того, в исследованиях показано, что высотные показатели самооценки, а также ее соотношение с уровнем притязаний в юношеском возрасте сохраняются и во взрослом возрасте (К.Р. Сидоров, 2007). То есть самооценка, сформированная в период с 16 до 17 лет (возрастной диапазон, в который входит наша эмпирическая выборка), сохраняет свои пропорции в период взрослости. Как самооценка, так и уровень притязаний формируются, как правило, стихийно, бесконтрольно, под воздействием комплекса внутренних и внешних факторов. Учитывая все вышесказанное, возникает необходимость рассмотрения факторов, оказывающих влияние на самооценку, в период ее становления, когда личность наиболее чувствительна к различного рода влияниям. Именно таким является подростковый этап жизненного пути личности.

Самооценка подросткового этапа жизненного пути характеризуется большей пластичностью и сензитивностью к воздействию социума, имеет как непосредственную форму в виде эмоционального отношения к себе, так и опосредованную – в виде наличия школьных оценок, сравнения себя со сверстниками, переживания опыта успехов и неудач (К.С. Ступина, 2010; Н.А. Зязина, 2019). Самооценка в подростковом возрасте во многом зависит от характера отношений с ближайшим социумом – родителями, сверстниками и учителями (Т.Г. Дюбина, 2006; А.Г. Самохвалова, 2017; Я.В. Свило, 2020). Происходит постоянное сравнение подростком себя с другими и корректировка самоотношения на основе обратной связи от окружающих. В период кризиса подросткового возраста формируется представление индивида о себе, происходит становление личностной идентичности – сложного, многогранного феномена, включающего в себя самооценку (Е.А. Сергиенко, 2003; Э.Г. Эрикссон, 2006; А.А. Реан, 2007). Учитывая вышесказанное, можно сделать

вывод, что подростковый период является наиболее информативным для изучения предикторов становления самооценки.

Немаловажным условием проведения исследования является учет деятельности, в которую вовлечена личность. Это обусловлено тем, что в зрелом возрасте включение в трудовую деятельность как в сферу самореализации большинства людей предполагает постановку и достижение целей, благополучная реализация которых в значительной степени определяет самооценку личности. В связи с этим встает вопрос о выборе контингента для проведения исследования, избранная деятельность которого имела бы сходство с профессиональной сферой во взрослом периоде жизни. Данному требованию отвечает спортивная деятельность. Во-вторых, специалистами в области спорта всецело признана значимость идеи преадаптации, которая легла в основу принципа опережающей постановки задач, на основе чего строится подготовка спортсменов (Ю.В. Верхошанский, 1985; Г.Б. Горская, 2016; 2017). Кроме того, спортивная деятельность подразумевает наличие объективных критериев оценки результатов деятельности в виде соревнований, которые отражаются в самооценке спортсменов. Учитывая все вышеперечисленное, для исследования были выбраны подростки, включенные в спортивную деятельность.

Таким образом, актуальность диссертационного исследования складывается из следующих составляющих, отображающих новый взгляд на феномен самооценки:

1. Необходимость выявления внутриличностных и средовых предикторов самооценки в их взаимосвязи. В частности, расширение научных представлений о роли не только средовых факторов в становлении самооценки, но и личностных свойств, чему посвящено недостаточно исследований.

2. Значимость для решения прикладных задач определения ресурсов и барьеров становления самооценки на этапе ее активного формирования. Учитывая, что средовые и внутриличностные предикторы могут оказывать как однонаправленное, так и разнонаправленное воздействие на самооценку, целесообразно рассмотреть специфический вклад каждой группы в процесс становление самооценки. Это позволит обсуждать вопрос о возможностях мобилизации средовых и внутриличностных ресурсов для максимального раскрытия самооценки как ресурса личности (В.А. Толочек, 2017; 2022). Полученные в процессе диссертационного исследования данные явились основой для разработки практических рекомендаций с учетом выявленных предикторов.

Степень разработанности проблемы исследования. Самооценке посвящены многочисленные исследования в отечественной и зарубежной психологии. Они сфокусированы главным образом на формировании самооценки в детском и подростковом возрасте. Немногочисленные исследования самооценки взрослых показали, что для них характерны многие особенности, проявляющиеся и у подростков. Это касается, в частности, проявлений соотношения уровня притязаний и самооценки, величины расхождения между ними, которое связано с уровнем тревожности и степенью социально-психологической адаптации (Е.В. Зинько, 2006; В.А. Сохликова,

2020). Обоснованием нашего исследования, как было сказано выше, является необходимость установления предикторов, обуславливающих формирование того или иного уровня самооценки. Теоретическую основу исследования составляет идея Л.С. Выготского о высших психических функциях человека, которые являются результатом освоения социально-исторического опыта в процессе взаимодействия с социальным окружением. В настоящее время происходит расширение сферы изучения личности, в русле которого, например, ответственность рассматривается как высшая психическая функция. Исходя из концепции Л.С. Выготского, ответственность как высшая психическая функция сначала появляется в интерсубъектном плане (во взаимодействии между родителем и ребенком), затем – в интрасубъектном (как свойство личности ребенка) (Л.С. Выготский, 2006). Наш интерес состоит в том, чтобы определить может ли самооценка развиваться по такой траектории: сначала в процессе взаимодействия детей и взрослых (особенно в «чувствительные» периоды формирования самооценки, такие как подростковый возраст), затем переходить во внутренний план. Это является показателем того, что самооценка также может рассматриваться как высшая психическая функция. Проблема состоит в том, что самооценка в большинстве случаев формируется стихийно, что приводит к устойчивости проблем, связанных с соотношением уровня притязаний и самооценки. Установление предикторов самооценки позволит взглянуть на формирование самооценки как на целенаправленно управляемый процесс.

Исследования, проведенные на взрослых выборках, показали, что среди обследуемых есть существенная группа обследуемых с заниженной самооценкой, высоким уровнем притязаний, сильным расхождением самооценки и уровня притязаний, отличающихся невысокой результативностью в избранном виде деятельности (В.И. Палий, 2017; В.А. Сохликова, 2021). Эти факты отражают необходимость изучения предикторов, оказывающих влияние на формирование самооценки в более раннем возрасте. Проведение исследования на выборке представителей подросткового этапа жизненного пути личности позволяет решить эту проблему.

В научных исследованиях, посвященных изучению влияния средовых факторов на становление самооценки в течение подросткового этапа жизненного пути, наблюдаются подходы, не позволяющие получить реалистичное представление об их роли: как правило, изучается влияние только одной из групп людей, составляющих ближайшее социальное окружение. Это либо семья, либо сверстники, либо педагоги. Тем самым исключается взаимосвязь между социальными группами, в общении с которыми включены подростки. Вместе с тем на становление самооценки оказывает влияние именно «результатирующая» этих взаимосвязей.

В проведенных ранее исследованиях были установлены связи самооценки с личностными свойствами, такими как экстраверсия, интроверсия и нейротизм (Д.А. Марьяненко, 2006), с мотивацией включения в деятельность (О.В. Печеная, 2020; А.Н. Яшкова, 2021), уровнем тревожности (Е.Н. Кузнецова, 2016), агрессивность (О.Ю. Муллер, 2022). Как правило, ранее проведенные

исследования ограничиваются изучением связи каких-либо отдельных свойств личности или средовых факторов с самооценкой. При этом упускаются особенности влияния комплекса внутриличностных и средовых факторов на самооценку личности.

Таким образом, прослеживается противоречие между установленной исследователями значимостью самооценки и дефицитом научных исследований, посвященных подробному изучению комплекса средовых и внутриличностных предикторов становления самооценки. Выявление комплексов таких предикторов позволит сформировать практический взгляд на целенаправленное управление формированием реалистичной самооценки. Данное исследование базируется на понимании того, что конструктивная, основанная на научно обоснованных представлениях о вкладе в становление самооценки личностных и средовых факторов в подростковом возрасте система работы над формированием самооценки, является ресурсом снижения вероятности неконструктивных форм самооценки взрослых, снижающих успешность значимых для них видов деятельности.

Объект исследования – самооценка личности.

Предмет исследования – средовые и внутриличностные предикторы ресурсных параметров самооценки.

Цель исследования – выявить средовые и внутриличностные предикторы ресурсных параметров самооценки.

Гипотеза исследования – самооценка как психическое образование обусловлена комплексом внутриличностных и средовых предикторов, влияние которых может быть разнонаправленным: как поддерживающим, так и затрудняющим становление адекватных представлений личности о своих возможностях. Достаточно полное выявление комплекса внутриличностных и средовых предикторов самооценки возможно в условиях включения личности в значимую деятельность, направленную на достижение максимальных результатов, на подростковом этапе жизненного пути, который характеризуется чувствительностью личности к воздействиям, определяющим становление самооценки.

Выдвинутая гипотеза конкретизируется в следующих частных гипотезах.

Ресурсом становления самооценки на подростковом этапе жизненного пути является согласованность вклада в этот процесс различных групп ближайшего социального окружения, который может быть разнонаправленным, выражающимся как в поддержке самооценки, так и в повышении критичности субъекта в оценке своих личностных качеств.

Вовлеченность субъектов семейной микросреды в события жизни субъекта на подростковом этапе жизненного пути, с одной стороны, и поддержка ими автономии, с другой, могут способствовать формированию у него реалистичной самооценки. Повышение значимости сверстников может быть триггером роста критичности самоотношения, затрудняющей становление реалистичной самооценки.

Реалистичная самооценка и адекватный уровень притязаний на подростковом этапе жизненного пути обусловлены внутриличностными

факторами, характеризующими устойчивость эмоциональной сферы, развитый волевой контроль, оптимизм и внутреннюю мотивацию к занятиям субъекта избранным видом деятельности.

Задачи исследования:

1. Изучить теоретические основания эмпирического исследования комплекса средовых и внутриличностных предикторов, характеризующих самооценку на базе анализа научной литературы.

2. Определить особенности взаимосвязи интегральных и частных показателей самооценки с параметрами отношений с социальным окружением, индивидуально-психологическими свойствами личности, мотивацией и оптимизмом, позволяющими выявить вероятные ресурсы и ограничения для достижения уровня самооценки, определяющего её как ресурс достижения личностью значимых целей.

3. Выявить предикторы ресурсных параметров самооценки на подростковом этапе жизненного пути, способствующие достижению личностью значимых целей.

4. Установить степень выраженности и соотношение показателей самооценки, а также внутриличностных и средовых предикторов самооценки, выступающих как ресурсы и ограничители ее адаптивных свойств, у представителей исследованной выборки.

5. Рассмотреть индивидуальные варианты сочетания внутриличностных и средовых факторов в зависимости от уровня самооценки на подростковом этапе жизненного пути.

Методологической основой исследования явились принцип развития в трактовке культурно-исторической теории Л.С. Выготского, получивший детализацию в работах Д.Б. Эльконина, П.Я. Гальперина, А.Н. Леонтьева; субъектно-деятельностный подход к пониманию включения личности в жизненный мир (С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский, В.Д. Шадриков).

Теоретическую основу исследования составила теория экологических систем У. Бронфенбреннера; ресурсный подход, представителями которого являются В.Н. Дружинин, К.А. Альбуханова, М.А. Холодная, С.А. Хазова, Л.И. Ларионова, А.Г. Самохвалова, Д.А. Леонтьев, Е.А. Петрова, Е.Ю. Кожевникова, А.Г. Маклаков, В.А. Толочек; теории преадаптации А.Г. Асмолова, Э.Ф. Зеера; современные концепции самооценки и закономерностей ее формирования Л.В. Бороздиной, О.Н. Молчановой, С.Р. Панталева, В.В. Столина.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

Установлена разнонаправленность взаимосвязей параметров самооценки на подростковом этапе жизненного пути со значимостью лиц из семейного и внесемейного окружения, состоящая в том, что значимость лиц из семейного окружения положительно коррелирует с показателями самооценки, в то время как значимость внесемейного окружения связана с показателями самооценки отрицательными корреляционными связями.

Выявлены специфические особенности связи самооценки с параметрами взаимоотношений с матерью и отцом, наиболее значимые для личности на

подростковом этапе жизненного пути. Положительная динамика показателей самооценки наблюдается при поддержке автономии со стороны матери, теплоты отношения с ней, а также вовлеченности отца во взаимоотношения с подростком и теплота отношений с ним.

Определена роль личностных свойств в формировании самооценки на подростковом этапе жизненного пути. Их можно условно разделить на ресурсные (способствующие преадаптации) и барьерные (препятствующие этому процессу). К первым относятся эмоциональная стабильность, уравновешенность, развитый волевой самоконтроль, смелость в социальных контактах, устойчивость, сдержанность, реалистичность, уверенность и открытость в общении. Барьерными свойствами являются легкомысленность, зависимость от группы.

Установлены комплексы внутриличностных и средовых предикторов самооценки на подростковом этапе жизненного пути, включающие особенности взаимоотношений с лицами из ближайшего социального окружения, личностные свойства, мотивацию включения в деятельность и оптимизм. Определен относительный вклад в изменение показателей самооценки каждого из перечисленных параметров.

Выявлены сочетания внутриличностных и средовых факторов, специфичные для подростков в кластерах с очень высокой, высокой и низкой самооценкой. Установлены как количественные различия в проявлении самооценки, средовых и внутриличностных параметров, так и качественные отличия взаимосвязей перечисленных параметров в выделенных кластерах. Кластер «Неуверенный, зависимый, с ограниченным ресурсом» образован подростками с неблагоприятным сочетанием показателей самооценки (низкий уровень самооценки, высокая дифференцированность). Характерной особенностью данного кластера является доминирование опеки матери, слабая вовлеченность отца в жизнь подростков, ориентация на взаимодействие с окружающими, низкий уровень эмоциональной устойчивости, ригидность реакций и поведения. Следующий кластер «Уверенный, эмоционально устойчивый» характеризуется высоким уровнем самооценки и притязаний с умеренным расхождением между ними. Соотношение показателей в данной группе можно охарактеризовать как более благоприятное. Наблюдается высокая степень вовлеченности матери и отца в жизнь подростков, поддержка автономии со стороны родителей, уверенность юных спортсменов в том, что они могут обратиться за поддержкой и помощью к близким, общительность, готовность устанавливать конструктивные отношения с окружающими. Кластер «Уверенный, высоко ресурсный» характеризуется высокими значениями самооценки с умеренным расхождением между самооценкой и уровнем притязаний. Для данного кластера характерна равная степень вовлеченности в жизнь подростков матери и отца, поддержка ими автономии и теплота отношений, эмоциональная устойчивость, отсутствие склонности к импульсивным поступкам, общительность, открытость новым социальным контактам.

Теоретическая значимость исследования состоит в расширении научных представлений о личностных и средовых предикторах становления самооценки, о не используемых ресурсах становления благоприятного соотношения уровня притязаний и самооценки. Внесена ясность в понимание роли родителей разного пола в становление самооценки на подростковом этапе жизненного пути. Расширены представления о роли матери и, в особенности, – о роли отца в становлении самооценки подростков мужского пола. Уточнены данные, касающиеся роли сверстников в процессе формирования самооценки на подростковом этапе жизненного пути. Комплексный подход к анализу средовых и личностных предикторов становления самооценки позволил теоретически обосновать стратегию синхронизации влияния на становление самооценки разных групп лиц из ближайшего социального окружения на подростковом этапе жизненного пути.

Практическая значимость заключается в возможности применения полученных результатов в разработке программы целенаправленного воздействия на формирование самооценки в подростковом возрасте. Она основывалась на данных о личностных и средовых предикторах самооценки и характере их регулирующего влияния на самооценку. Программа была направлена на объединение вклада спортсменов, их родителей и тренера в решение стоящих перед спортсменами задач спортивного совершенствования и поддержки становления конструктивных форм их самооценки. Объединяющим фактором стала работа спортсменов, их родителей и тренера со специально разработанными дневниками, фиксирующими достижения спортсменов и их самооценку. Реализация программы дала положительный результат, что подтверждается актами внедрения результатов диссертационного исследования в практику подготовки спортсменов.

Примененная в исследовании программа психодиагностики личностных и средовых регуляторов самооценки может быть использована для мониторинга становления самооценки с целью исключения неблагоприятных вариантов развития этого процесса. Полученные данные можно применять для формирования программ целенаправленного управления процессом становления самооценки личности.

Результаты исследования могут быть включены в программы повышения психологической компетентности родителей, в частности относительно влияния определенных форм отношений с подростками на становление их самооценки, роли отца в формировании гармоничной самооценки и уровня притязаний на подростковом этапе жизненного пути, а также влияния вовлеченности родителей в жизнь подростков на их самооценку; в программы повышения квалификации тренеров с целью ознакомления с результативными методами укрепления самооценки спортсменов на основе конструктивного построения взаимоотношений с социальным окружением.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Результаты исследования подтвердили конструктивность комплексного подхода к анализу психологических предикторов самооценки. Комплексы предикторов отдельных компонентов самооценки включают как

внутриличностные (мотивация, оптимизм, личностные свойства), так и внешние параметры (значимость лиц из ближайшего окружения, предпочитаемые отношения с ними).

2. Существуют различия в составе комплексов предикторов интегральных показателей самооценки и уровня притязаний. Предикторами интегрального показателя самооценки являются параметры взаимоотношений с семейным социальным окружением, прежде всего с родителями. В комплекс предикторов интегрального показателя уровня притязаний входят личностные свойства, внутренняя мотивация, оптимизм в ситуации успеха, особенности отношений с внесемейным окружением.

3. Предикторы самооценки, уровня притязаний, величины расхождения уровня притязаний и самооценки подразделяются на ресурсные и барьерные. Первые повышают самооценку и уровень притязаний, сокращают расхождение самооценки и уровня притязаний. Вторые снижают самооценку и уровень притязаний, увеличивают расхождение уровня притязаний и самооценки. К первым относятся параметры благоприятных отношений с родителями, внутренняя мотивация, оптимизм в ситуации успеха, эмоциональная стабильность. Состав вторых включает параметры взаимоотношений с внесемейным окружением: высокую значимость сверстников, ориентацию на социальное окружение, на отношения с тренером, независимость от группы.

Соответствие диссертации паспорту научной специальности 5.3.1.

Содержание диссертации соответствует пунктам 14 (Эмоциональные процессы и состояния. Эмоциональная регуляция познавательных процессов и деятельности...), п. 15 (Волевые процессы. Структура воли. Воля и целеполагание. Феномен борьбы мотивов), п. 16 (Мотивация, ее механизмы, формирование и функционирование...), п. 30 (Структура личности. Устойчивость и изменчивость личности. Личностные процессы. Личность как субъект саморазвития. Самодетерминация и самоактуализация личности. Личность в условиях транзитивного общества...), п. 33 (...Соотношение внешнего и внутреннего в жизненном пространстве человека) и п. 35 (Жизненный путь. Субъективная картина жизненного пути. Жизненный опыт личности) паспорта указанной научной специальности.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные результаты, положения и результаты исследования докладывались на международных научно-практических конференциях «Физическая культура и спорт. Олимпийское образование» (г. Краснодар, 2023, 2020, 2019 гг.), Ежегодных отчетных научных конференциях аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма (г. Краснодар, 2021, 2020, 2019 гг.), Всероссийских научно-практических конференциях с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (г. Краснодар, 2023, 2022, 2021, 2020, 2019, 2018 гг.), Международной научной конференции «Ананьевские чтения-2020. Психология служебной деятельности: достижения и перспективы развития» (г. Санкт-Петербург, 2020 г.), XIX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием

«Рудиковские чтения-2023» (г. Москва, 2023 г.), XVI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Рудиковские чтения-2020» (г. Москва, 2020 г.), II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Современные тенденции психолого-педагогического обеспечения занимающихся физической культурой и спортом» (г. Москва, 2020 г.), Всероссийской научно-практической конференции «Личность в изменяющейся социальной реальности: общение и со-бытийность» (г. Краснодар, 2023 г.). Данные исследования внедрены в работу МАОУ ДО «Центр детского творчества "Прикубанский"», Краснодарского регионального отделения общероссийской общественной спортивной организации «Федерация вестилевого каратэ России», МБУ ДО «Спортивная школа № 4 им. В.А. Ильина» муниципального образования г-к Анапа.

Структура и объем диссертации. Основной текст диссертации изложен на 241 странице компьютерного текста, иллюстрирован 39 таблицами и 9 рисунками. Состоит из введения, трех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Список литературы включает 202 наименования, в том числе 37 – на иностранном языке.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во введении раскрываются сущность и актуальность изучаемой проблемы, сформулированы цель, объект, предмет, гипотеза, методологические и теоретические основы исследования. Охарактеризована научная новизна, теоретическая и практическая значимость результатов исследования, изложены положения, выносимые на защиту, приведены данные об апробации научных результатов исследования.

Первая глава «Теоретические проблемы и направления современных исследований самооценки на этапах жизненного пути» посвящена изучению научных исследований, подтверждающих важность самооценки для включения человека в современные условия жизни. Основная проблема успешности встраивания человека в современное общество - это нестабильность общественного устоя, быстрая смена стандартов и норм, стремительный обмен информацией и принятия решений, что приводит к росту неопределенности, тревожности за будущее (А.Н. Демин, 2023). По этой причине высокую популярность в научном мире приобрела концепция преадаптации, основным постулатом которой является формирование качеств личности, значимых в будущем. Преадаптация является ресурсом, позволяющим личности выстроить максимально эффективные стратегии взаимодействия с окружающей средой в перспективе (А.Г. Асмолов, 2021; З.Ф. Зеер, 2020). Поэтому возникает необходимость развития универсальных умений и личностных свойств, выступающих психологическим ресурсом существования в современном мире. Одно из таких личностных свойств - самооценка личности: уверенность в себе, самопринятие и способность к самораскрытию ресурсов личности, что позволяет преодолевать трудные ситуации в жизни и успешно адаптироваться в окружающей действительности (Ю.В. Постылякова, 2004; Г.Б. Горская, 2020). Реалистично сформированная самооценка объективно становится значимым

ресурсом в успешном выполнении деятельности субъектом (В.А. Сохликова, 2021), является акмеологическим ресурсом личности и критерием психологического здоровья личности (М.В. Хватова, 2011). Наряду со значимостью самооценки для успешной интеграции личности в условия современного мира, возникает вопрос о том, в каких условиях формируется данный феномен. Большинство исследований посвящено изучению средовых факторов формирования самооценки, в числе которых на первом месте стоит семейное окружение. Менее популярно изучение внутриличностных детерминант самооценки. Немногочисленные исследования определили связь с самооценкой экстраверсии, нейротизма, эмоциональной устойчивости, добросовестности, готовности к сотрудничеству (Д.А. Марьяненко, 2006), высокой мотивации включения в деятельность (А.Н. Яшкова, В.В. Королева, 2021; О.В. Печёная, 2020), агрессивности (О.Ю. Муллер, 2022). Авторы в большей мере рассматривают изолированное влияние средовых и внутриличностных факторов на становление самооценки. Вместе с тем наблюдается дефицит научных данных о воздействии на самооценку комплекса средовых и внутриличностных предикторов, что, на наш взгляд, отражает требования современной реальности. В связи с этим акцент в эмпирической части диссертационной работы сделан на анализе влияния на самооценку личности комплекса средовых и внутриличностных предикторов.

Второй главе «Стратегия, методы и организация исследования».

Исследование проводилось в несколько этапов:

1. Первый этап включал в себя: обзор научной литературы по проблеме исследования; формулировку проблемы исследования и темы диссертационной работы; определение методологического аппарата.

2. На втором этапе осуществлялась психологическая диагностика; определялись методики, отвечающие задачам исследования.

3. На третьем этапе исследования была проведена статистическая обработка полученных данных:

- корреляционный анализ, позволяющий определить внутриличностные и средовые параметры, связанные с самооценкой. Полученные результаты позволяют обосновать необходимость проведения множественного регрессионного анализа по определенным параметрам;

- множественный регрессионный анализ проводился с целью определения внутриличностных и средовых предикторов самооценки;

- кластерный анализ осуществлялся с целью определения индивидуальных вариантов проявления средовых и внутриличностных факторов у подростков с разным уровнем самооценки.

Методы исследования: теоретический анализ научной литературы; психологическая диагностика; математическая обработка данных. Психологическая диагностика проводилась с помощью методики диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн (в адаптации А.М. Прихожан); методики диагностики индивидуально-психологических свойств личности «14 факторный тест Кеттелла»; методики «Опросник оптимистического стиля объяснения» (Т.О. Гордеева); методики диагностики мотивации к занятиям

спортом «Почему я занимаюсь спортом?»); методики диагностики важности социального окружения и типов взаимоотношений «Социально-психологические связи» (Н.В. Кузьмина); методики диагностики взаимоотношений с тренером «Тренер - спортсмен» (Ю. Ханин, А. Стамбулов); методики диагностики взаимоотношений с родителями «Восприятие родителей».

Математическая обработка полученных данных включала в себя методы описательной статистики, непараметрические критерии (U-критерий Манна-Уитни, критерий ранговой корреляции r_s , Спирмена, критерий Вилкоксона), кластерный анализ по Уорду, множественный регрессионный анализ.

Характеристика эмпирической выборки. В исследовании приняли участие 140 подростков, занимающихся единоборствами (каратэ, дзюдо, рукопашный бой, самбо, бокс). Возраст участников исследования от 12 до 16 лет. Исследование проводилось на базе МБОУ ДО «Центр детского творчества "Прикубанский"», Краснодарского регионального отделения общероссийской общественной спортивной организации «Федерация всестилевого каратэ России», МБУ ДО «Спортивная школа № 4 им. В.А. Ильина» муниципального образования г-к Анапа.

В третьей главе «Эмпирические исследования средовых и внутриличностных предикторов самооценки» представлены результаты эмпирического исследования. Установлено, что с ростом значимости лиц семейного окружения повышаются самооценка и уровень притязаний подростков (таблица 1). Вместе с тем снижается расхождение между самооценкой и уровнем притязаний. Семейная среда способствует поддержанию высокого уровня самооценки и притязаний подростков, в то время как внесемейные отношения, напротив, связаны со снижением уровня притязаний у подростков. Социальная среда корректирует представление подростков о своих возможностях, делая их более реалистичными. Формирование реалистичной самооценки и адекватного уровня притязаний происходит при гармоничном сочетании внутрисемейной поддержки, авторитетности родителей и представлениях вне семейного окружения о подростке.

Таблица 1 – Корреляционные связи средовых факторов с интегральными показателями самооценки у подростков (n=140)

Средовые факторы	Самооценка	Уровень притязаний	Расхождение самооценки и уровня притязаний
1	2	3	4
Показатели значимости лиц ближайшего социального окружения			
Мать	0,244 ^{**}	0,020	-0,236 ^{**}
Отец	0,326 ^{**}	0,173 [*]	-0,214 [*]
Бабушка	0,190 [*]	0,111	-0,144
Дедушка	0,180 [*]	0,084	-0,146
Брат/сестра	0,206 [*]	0,181 [*]	-0,131
Мать/отец товарища	0,017	-0,194 [*]	-0,059

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4
Типы взаимоотношений с ближайшего социальным окружением			
Советуюсь	0,147	-0,123	-0,222**
Уверен, поймет	0,129	0,001	-0,201*
Уверен, поможет	0,134	-0,036	-0,172*
Уверен, защитит	0,178*	0,061	-0,156
Показатели восприятия родительского отношения			
Вовлеченность матери	0,207*	-0,019	-0,266**
Поддержание матерью автономии	0,086	-0,145	-0,255**
Теплота отношения матери	0,309**	0,142	-0,296**
Вовлеченность отца	0,409**	0,069	-0,372**
Поддержание отцом автономии	0,260**	0,094	-0,152
Теплота отношения отца	0,357**	0,085	-0,336**

Примечание: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$.

Корреляционный анализ продемонстрировал ориентацию подростков на взаимоотношения с родителями в процессе становления их личности. В особенности важными оказались теплота и вовлеченность родителей обоего пола в становление самооценки. Особенно важными являются отношения с отцом, его вовлеченность, теплота и поддержка. Мы связываем это с особенностями эмпирической выборки, которую составили исключительно подростки мужского пола.

Внутриличностным параметром, связанным с повышением самооценки подростков и снижением расхождения, является эмоциональная устойчивость (таблица 2). Устойчивость, сдержанность, реалистичность в оценке своих возможностей позволяют подросткам чувствовать уверенность в себе. Легкомыслие связано с повышением притязаний, а открытость в общении и ориентация на окружающих, напротив, влияют на снижение уровня притязаний. В целом такие результаты говорят о недостаточной развитости целеполагания обусловлено в большей степени мотивом социальной желательности подростков.

Таблица 2 – Корреляционные связи внутриличностных факторов с интегральными показателями самооценки у подростков (n=140)

Внутриличностные факторы	Самооценка	Уровень притязаний	Расхождение самооценки и уровня притязаний
1	2	3	4
Показатели индивидуально-психологических свойств личности			
Шизотимия/аффектотимия (А)	-0,090	-0,194*	0,058
Степень эмоциональной устойчивости (С)	0,187*	0,004	-0,261**
Осторожность/легкомыслие (F)	0,099	0,209*	0,057
Реализм/сензитивность (I)	-0,161	-0,012	0,200*
Уверенность/склонность к вине (O)	-0,148	0,001	0,244**

1	2	3	4
Показатели мотивации включения в занятия спортом			
Внутренняя мотивация (знания)	0,186*	0,084	-0,122
Внутренняя мотивация (новые впечатления)	0,277**	0,163	-0,128
Внешняя мотивация	0,234**	0,085	-0,04
Показатели оптимизма			
Оптимизм в ситуациях успеха	0,170*	0,164	-0,078
Оптимизм в ситуациях неудачи	0,189*	-0,009	-0,192*
Общий уровень оптимизма	0,199*	0,090	-0,149

Примечание: * - $p < 0,05$; ** - $p < 0,01$.

Внутриличностным параметром, связанным с повышением самооценки, выступает внутренняя мотивация к получению новых знаний и впечатлений в процессе деятельности; внешняя мотивация - с повышением самооценки: удовлетворение от спортивной деятельности и получение одобрения со стороны окружающих, позволяют подросткам выше оценивать свои качества. Развитый оптимистический настрой как в ситуациях успеха, так и в ситуациях неудач позволяет подросткам укреплять уверенность в оценке своих возможностей и снижать внутреннюю тревожность по поводу несоответствия реальных представлений о себе.

Множественный регрессионный анализ позволил выделить внутриличностные и средовые предикторы самооценки подростков (таблица 3).

Таблица 3 - Средовые и внутриличностные предикторы интегральных параметров самооценки подростков (n=140)

Независимые переменные	Коэффициент детерминации R^2	Стандартизированный коэффициент регрессии (β)	Значимость (p)	Допуск
1	2	3	4	5
Зависимая переменная – Интегральный показатель самооценки				
Вовлеченность отца	0,149	0,235	0,022	0,730
Значимость брата/сестры	0,178	0,203	0,016	0,792
Теплота отношения матери	0,198	0,213	0,007	0,914
Могу довериться	0,216	-0,237	0,009	0,690
Значимость отца	0,237	0,236	0,033	0,756
Зависимая переменная – Интегральный показатель уровня притязаний				
Осторожность/легкомыслие (F)	0,055	0,259	0,001	0,923
Внутренняя мотивация (новые впечатления)	0,094	0,222	0,004	0,974
Шизотимия/аффектотимия (A)	0,136	-0,225	0,004	0,973
Значимость друга/подруги вне школы	0,175	-0,244	0,002	0,969
Поведенческий компонент деятельности тренера	0,193	-0,193	0,015	0,909
Оптимизм в ситуациях успеха	0,222	0,190	0,015	0,931

На повышение самооценки подростков главным образом оказывают влияние отношения с семейным окружением. В частности значимость отца и его вовлеченность в жизнь подростка способствуют повышению представлений последнего о различных сторонах своей личности. Немаловажную роль играет теплота отношений с матерью, которая так же способствует улучшению самоотношения обследуемых. Значимость сиблингов оказывает позитивное влияние на самооценку испытуемых. В совокупности перечисленные предикторы объясняют до 28 % изменения дисперсии интегрального показателя самооценки подростков. Учитывая значение стандартизованного коэффициента регрессии, можно заключить, что большой вклад в повышение самооценки подростков вносят их отношения с отцами.

На уровень притязаний значительное влияние оказывают внутриличностные предикторы. Повышают уровень притязаний склонность подростков к легкомыслию, беспечность, динамичность в общении (фактор F), оптимистическое отношение в ситуациях успеха. Внутренняя мотивация к получению новых впечатлений способствует повышению притязаний обследуемых. Снижают уровень притязаний авторитетность тренера в глазах подростков, значимость друзей вне школы и открытость в социальных контактах. Общение с тренером способствует приведению к реальности притязания подростков. Иными словами, обратная связь от внесемейного круга позволяет подросткам корректировать представления о собственных возможностях, снижая уровень притязаний.

Исследование предикторов частных показателей самооценки показало, что наибольший вклад в изменение самооценки подростков своего характера вносит вовлеченность отца (таблица 4).

Таблица 4 – Средовые и внутриличностные предикторы частных показателей самооценки подростков (n=140)

Независимые переменные	Коэффициент детерминации R ²	Стандартизованный коэффициент регрессии (β)	Значимость (p)	Допуск
Самооценка «Характер»				
Вовлеченность отца	0,136	0,356	0,000	0,977
Значимость матери	0,168	0,198	0,011	0,954
Гностический компонент деятельности тренера	0,193	-0,167	0,030	0,981
Степень групповой зависимости (Q2)	0,212	-0,158	0,039	0,985
Самооценка «Умение многое делать своими руками»				
Значимость отца	0,142	0,371	0,000	0,919
Внешняя мотивация	0,192	0,288	0,001	0,744
Значимость друга/подруги вне школы	0,226	-0,212	0,003	0,981
Осторожность/легкомыслие (F)	0,248	0,181	0,013	0,953
Вовлеченность матери	0,270	0,167	0,024	0,934
Подчиненность/доминирование (E)	0,287	0,177	0,015	0,954
Внутренняя мотивация (компетентность)	0,310	-0,192	0,022	0,725

Продолжение таблицы 4

1	2	3	4	5
Самооценка «Уверенность в себе»				
Значимость отца	0,131	0,368	0,000	0,999
Степень эмоциональной устойчивости (С)	0,248	0,350	0,000	0,877
Вовлеченность матери	0,280	0,179	0,016	0,937
Шизотимия/аффектотимия (А)	0,301	-0,168	0,025	0,925

Внимание отца и его заинтересованность в жизни своего ребенка повышают самооценку мальчика-подростка. Значимость матери для обследуемых также оказывает положительное влияние на их самооценку, а гностический компонент деятельности тренера и склонность подростков к зависимости от группы, напротив, могут снижать самооценку ими своего характера.

Самооценка своих способностей у подростков во многом обусловлена значимостью отца. Обследуемые ориентируются на родителя, хотят в какой-то степени быть на него похожим, ожидают его внимания и учатся у него, что во многом определяет оценку ими своей способности выполнять какую-либо деятельность хорошо. При этом значимость друзей снижает самооценку подростков по той причине, что обследуемые в этом возрасте склонны сравнивать себя со сверстниками. Вовлеченность матери так же играет важную, хотя и меньшую по сравнению со значимостью отца роль.

Самооценку уверенности в себе у подростков обуславливает комплекс предикторов: значимость отца, вовлеченность матери, фактор С и фактор А. Чем выше авторитет отца на подростковом этапе жизненного пути, тем увереннее чувствуют себя обследуемые. Кроме того, уверенность обследуемых зависит и от степени внимания со стороны матери, от ее живой заинтересованности в жизни и личности подростка.

Что касается внутриличностных предикторов, то на первый план выходит фактор С (степень эмоциональной устойчивости): эмоциональная зрелость, спокойствие, эмоциональная устойчивость. Реалистичная оценка окружающей действительности способствуют формированию уверенности в себе у подростков. А доверчивость, мягкость характера, беспечность, мягкосердечность (фактор А), напротив снижают самооценку подростков по изучаемому параметру.

Повышают уровень притязаний на подростковом этапе жизненного пути такие внутриличностные предикторы, как жизнерадостность, экспрессивность, склонность к лидерству и внутренняя мотивация к получению новых впечатлений (таблица 5). Теплота отношений с отцом и матерью, важность их мнения для подростка, а также значимость сиблингов повышают уровень притязаний обследуемых.

В то же время уровень притязаний снижается за счет таких показателей, как независимость, самостоятельность, отсутствие потребности в поддержке, поддержание автономии со стороны матери, значимость друзей вне школы и

поведенческий компонент деятельности тренера. Стремление подростков к проявлению самостоятельности, наличие определенной степени свободы выбора и поддержка самостоятельности со стороны матери способствуют тому, что подростки более реалистично начинают относиться к собственным возможностям, не завышая их.

Таблица 5 – Средовые и внутриличностные предикторы частных показателей уровня притязаний подростков (n=140)

Независимые переменные	Коэффициент детерминации R ²	Стандартизованный коэффициент регрессии (β)	Значимость (p)	Допуск
1	2	3	4	5
Уровень притязаний «Авторитет у сверстников»				
Степень групповой зависимости (Q2)	0,053	-0,202	0,012	0,896
Осторожность/легкомыслие (F)	0,090	0,239	0,002	0,955
Советуюсь	0,121	-0,398	0,000	0,718
Внутренняя мотивация (новые впечатления)	0,161	0,231	0,003	0,943
Дорожу мнением	0,198	0,264	0,012	0,719
Шизотимия/аффектотимия (A)	0,223	-0,178	0,023	0,926
Уровень притязаний «Умение многое делать своими руками»				
Амотивация	0,047	0,137	0,089	0,898
Значимость друга/подруги вне школы	0,084	-0,338	0,000	0,814
Осторожность/легкомыслие (F)	0,122	0,147	0,061	0,948
Хочу подражать	0,154	0,221	0,010	0,801
Оптимизм в ситуациях успеха	0,176	0,205	0,009	0,940
Поведенческий компонент деятельности тренера	0,206	-0,198	0,016	0,873
Уровень притязаний «Внешность»				
Теплота отношения отца	0,055	0,237	0,003	0,917
Осторожность/легкомыслие (F)	0,097	0,205	0,008	0,956
Теплота отношения матери	0,130	0,326	0,001	0,640
Значимость брата/сестры	0,154	0,278	0,001	0,816
Могу довериться	0,203	-0,264	0,003	0,762
Поддержка автономии матерью	0,223	-0,195	0,038	0,643
Уровень притязаний «Уверенность в себе»				
Внутренняя мотивация (новые впечатления)	0,103	0,338	0,000	0,983
Степень внутреннего напряжения (Q4)	0,146	0,215	0,006	0,971
Значимость друга/подруги из секции	0,177	-0,177	0,024	0,965
Оптимизм в ситуациях успеха	0,200	0,171	0,027	0,977

Проведение кластерного анализа позволило установить индивидуальные варианты сочетания внутриличностных и средовых факторов у подростков с различным уровнем самооценки. В результате кластерного анализа было выделено три кластера. В первый кластер вошли 10 подростков, наиболее младшего возраста, с самым наименьшим стажем занятий спортом по

сравнению с остальными подростками других кластеров. Второй кластер оказался самым многочисленным: в него вошли 79 обследуемых, старшего возраста и с большим количеством лет занятий спортом. Третий кластер составили самые старшие подростки в данной выборке и наиболее опытные в спорте. Все три кластера имеют четкие отличия по составу. Далее приведено краткое описание каждого кластера.

Кластер 1 «Неуверенный, зависимый, с ограниченным ресурсом».

Данный кластер образован младшими подростками, имеющими сравнительно небольшой стаж занятий спортом. Подростки, вошедшие в данную группу, демонстрируют низкий уровень самооценки, сильную дифференцированность самооценки и уровня притязаний. Это характеризует обследуемых как неуверенных в себе, восприимчивых к мнению окружающих, сомневающихся в собственных способностях. Отношения с ближайшим социальным окружением характеризуются доминированием опеки матери, слабой поддержкой самостоятельности со стороны родителей. Отец значительно меньше матери вовлечен в жизнь подростков, хотя отношения с ним имеют такую же субъективную значимость для обследуемых, как и отношения с матерью. Взаимоотношения со сверстниками можно охарактеризовать как сдерживающие рост самооценки и уровня притязаний.

Индивидуально-психологические особенности подростков данного кластера проявляются в общительности, ориентации на взаимодействие с окружающими, в доброжелательности, открытости к контактам. При этом у них наблюдаются низкий уровень эмоциональной устойчивости, ригидность реакций и поведения. Средовыми факторами самооценки у подростков первого кластера являются теплые отношения с матерью и отцом, а также поддержка автономии со стороны отца. В качестве внутриличностных ресурсов выступают открытость общению с окружающими, эмоциональность, готовность активно включаться во взаимодействие с окружающими, склонность к доминированию и смелость.

Кластер 2 «Уверенный, эмоционально устойчивый». Подростки, вошедшие в данный кластер, старше по возрасту, обладают определенным опытом в спортивной деятельности, демонстрируют высокий уровень самооценки и притязаний. Для подростков свойственны высокая степень вовлеченности матери в их жизнь и поддержка автономии с ее стороны. В данном кластере прослеживается достаточно высокая вовлеченность отца в жизнь подростков. При этом отношения с матерью и отцом для подростков одинаково ценны и важны. Подростки общительны, демонстрируют готовность устанавливать конструктивные отношения с окружающими, имеют достаточно высокий уровень эмоциональной устойчивости.

Средовыми факторами формирования самооценки у подростков данного кластера являются высокая степень субъективной значимости ближайшего социального окружения, уверенность юных спортсменов в том, что они могут обратиться за поддержкой и помощью к близким, вовлеченность родителей в жизнь обследуемых и теплота отношений с отцом. Внутриличностными факторами выступают высокая степень эмоциональной устойчивости, развитый

самоконтроль в сочетании с открытостью в общении и способностью формировать собственную точку зрения.

Кластер 3 «Уверенный, высоко ресурсный». Данный кластер образован подростками с очень высокой самооценкой и умеренным расхождением с уровнем притязаний. В данном кластере наблюдается практически равная степень вовлеченности в жизнь подростков матери и отца, поддержка ими автономии и теплота отношений. Субъективную значимость имеют отношения не только с отцом и матерью, но и с другими родственниками: бабушкой, дедушкой, сиблингами. Возрастает роль тренера в общении с подростками.

К числу выраженных индивидуально-психологических свойств у представителей данного кластера относятся эмоциональная устойчивость, отсутствие склонности к импульсивным поступкам, общительность, открытость новым социальным контактам. Подростки проявляют постоянство в своих привязанностях и интересах, независимы в суждениях. Обладают хорошо развитым самоконтролем, нечувствительны к социальной критике.

Средовыми факторами становления самооценки у подростков данного кластера являются значимость лиц ближайшего социального окружения, уверенность в защите и помощи со стороны близких, вовлеченность обоих родителей в жизнь подростков, поддержка с их стороны и теплота в отношениях. К внутриличностным факторами формирования самооценки в данном кластере относятся эмоциональная стабильность, склонность обдумывать принятие решений, реалистичное оценивание окружающей действительности, высокоразвитый самоконтроль.

ВЫВОДЫ

1. Теоретический анализ научных исследований показал актуальность вопроса целенаправленного формирования самооценки в современных условиях. Рассматривая самооценку в русле теорий преадаптации, ресурсного и проактивного подхода формирования личности, следует эмпирическим путем определить маркеры, позволяющие говорить об этом феномене как о предикторе успешной адаптации личности к неопределённости современных условий. К таким маркерам стоит отнести комплексы внутриличностных и средовых факторов, определяющие тот или иной уровень параметров самооценки; возрастной период наибольшего влияния комплексов факторов на самооценку; деятельность, в которую включен субъект. Необходимость обоснования целесообразности использования приведенных маркеров подтверждается результатами исследований: процентное соотношение неадекватно сформированной самооценки сходно у взрослых и подростков; самооценка имеет зависимости от внутриличностных и средовых факторов, однако слабо изучено их комплексное влияние, а результаты деятельности - от уровня самооценки. Определение ведущих маркеров формирования ресурсной самооценки позволяет формировать благоприятную сферу ее развития, что снижает стихийность развития.

2. Установлено, что благоприятные отношения внутри близкого семейного круга коррелируют с высоким уровнем самооценки и ростом уровня

притязаний, что свидетельствует о значимой роли родителей в становлении самооценки на подростковом этапе жизненного пути. Существуют особенности изменения самооценки в зависимости от формы отношений с родителями разного пола. Так, самооценка юных спортсменов растет при поддержании автономии со стороны матери, а со стороны отца – при его глубокой вовлеченности в жизнь подростка. При этом важную роль играет теплота отношений с обоими родителями. Общей закономерностью является потребность подростков в автономии и в то же время поддержание теплых взаимоотношений с родителями, при наличии которых повышается уверенность в себе и растут показатели самооценки.

3. Значимость лиц из внесемейного окружения провоцирует снижение уровня притязаний на подростковом этапе жизненного пути. При общении подростков с людьми из внесемейного окружения у них может повышаться критичность по отношению к себе. Это, в свою очередь, является барьером для формирования реалистичной самооценки. Подобная тенденция установлена и в отношениях с тренером: чем более значима и авторитетна личность тренера для юных спортсменов, тем больше они видят расхождений между своим уровнем возможностей и его. В связи с этим повышается критичность подростков по отношению к себе и снижается уровень притязаний. Таким образом, в семье при наличии гармоничных отношений формируется высокий уровень самооценки, а в ближайшем социуме корректируется представление подростков о собственных возможностях.

4. В качестве внутриличностных предикторов, обеспечивающих формирование реалистичной самооценки на подростковом этапе жизненного пути, установлены оптимизм, высокий уровень мотивации включения в деятельность и ряд индивидуально типологических свойств, таких как эмоциональная устойчивость, высокая степень волевого самоконтроля, открытость социальным контактам, инициативность. Снижение уровня притязаний провоцирует такие свойства личности, как чрезмерная открытость в межличностном отношении, легкомыслие. Оптимальный уровень развития целеполагания обеспечивается эмоциональной устойчивостью, а сильный разрыв между актуальными возможностями подростков и поставленными перед ними целями, наоборот с возбудимостью и эмоциональной нестабильностью.

5. Множественный регрессионный анализ показал многокомпонентность влияния на становление самооценки на подростковом этапе жизненного пути. В качестве средовых предикторов формирования реалистичной самооценки выступают теплые отношения с матерью и отцом, значимость сиблинговых отношений. Значимость тренера для подростков влияет на уровень расхождения между их самооценкой и притязаниями: тренер, таким образом, наряду с семейным окружением, влияет на становление адекватной, реалистичной оценки юными спортсменами собственных возможностей. Внутриличностными предикторами формирования гармоничной самооценки на подростковом этапе жизненного пути выступают эмоциональная стабильность, стремление к доминированию, независимость, развитая внутренняя мотивация к выполнению деятельности и оптимизм в различных жизненных ситуациях.

6. Анализ индивидуальных вариантов сочетания показателей самооценки, внутриличностных и средовых факторов показал, что для подростков с неблагоприятными проявлениями самооценки характерны ориентация на общение со сверстниками, частое переживание чувства вины, застенчивость, доминирование внешних мотивов. Причины своих успехов подростки склонны приписывать окружающей действительности, а неудачи – результатам собственных действий. Перечисленные особенности характерны для младших подростков, имеющих сравнительно небольшой стаж занятий избранным видом деятельности. Средовыми воздействиями для таких подростков являются гиперопека со стороны матери и слабая вовлеченность отца в жизнь юных спортсменов.

Для обследуемых с высоким уровнем самооценки и притязаний характерны общительность, способность к конструктивным отношениям с окружающими, достаточно высокий уровень эмоциональной устойчивости. В качестве средовых факторов выступают высокая степень вовлеченности матери в жизнь подростков и поддержка автономии с ее стороны, более активное участие отца в жизни подростков.

Для подростков с очень высокой самооценкой и развитым целеполаганием характерны эмоциональная устойчивость, отсутствие склонности к импульсивным поступкам, общительность, открытость новым социальным контактам, независимость мнения и суждений. Со стороны ближайшего социального окружения наблюдается высокая степень вовлечения обоих родителей в жизнь подростков, значимость для юных спортсменов не только отношений с родителями, но и с другими родственниками. Перечисленные особенности характерны для старших подростков, имеющих самый долгий стаж занятий спортом по сравнению с другими исследуемыми группами.

Проведенное исследование подтверждает выдвинутую гипотезу о том, что становление самооценки на подростковом этапе жизненного пути обусловлено комплексом предикторов, включающим особенности взаимоотношений с ближайшим социальным окружением, а также индивидуально-психологическими свойствами личности. В результате представленного диссертационного исследования было доказано, что в качестве ресурсов выступают отношения с ближайшим социальным окружением. При этом относительный вклад различных социальных групп неравноценен, а общение с семейным и внесемейным кругом может оказывать разнонаправленное воздействие на самооценку подростков. Подтверждено, что вовлеченность родителей в жизнь подростков, с одной стороны, и поддержка ими автономии с другой, будут способствовать формированию реалистичной самооценки. Повышение значимости сверстников может быть причиной роста критичности самоотношения подростков, затрудняющей становление реалистичной самооценки. Доказано, что внутриличностными детерминантами реалистичной самооценки и адекватного уровня притязаний являются устойчивость эмоциональной сферы, развитый волевой контроль, оптимизм и внутренняя мотивация к занятиям избранным видом деятельности.

Список работ, опубликованных по теме диссертации

Статьи в научных журналах и изданиях, рецензируемых ВАК:

1. Деговцев, Н. С. Средовые и внутриличностные предикторы становления самооценки в подростковом возрасте / Н. С. Деговцев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 5(219). – С. 508-513.
2. Деговцев, Н. С. Гармонизация взаимоотношений спортсменов-подростков с ближайшим социальным окружением как ресурс упрочения самооценки / Н. С. Деговцев, Г. Б. Горская, С. В. Фомиченко // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2022. – Т. 28, № 4. – С. 35-43.
3. Деговцев, Н. С. Вклад социального окружения в становление самооценки спортсменов подросткового возраста / Н. С. Деговцев, Г. Б. Горская // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 12(202). – С. 474-480.

Публикации в других научных изданиях:

4. Деговцев, Н.С. Со-бытие с ближайшим социальным окружением как фактор становления самооценки подростков/ Н.С. Деговцев // Личность в изменяющейся социальной реальности: общение и со-бытийность: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – 2023. – С. 118-121.
5. Деговцев, Н. С. Взаимосвязь показателей мотивации к занятиям спортом с важностью лиц ближайшего социального окружения / Н. С. Деговцев // Рудиковские чтения-2023 : Материалы XIX Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 21 апреля 2023 года. – Москва: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Российский университет спорта "ГЦОЛИФК", 2023. – С. 206-209.
6. Деговцев, Н. С. Возможности формирования личностных качеств подростков в рамках реализации программ дополнительного образования (на примере самооценки) / Н. С. Деговцев, Т. В. Шиповская // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2023. – № 13. – С. 65-67. – EDN JZQTWJ.
7. Деговцев, Н. С. Учет индивидуально-психологических качеств личности спортсменов подросткового возраста как важная составляющая становления самооценки и мотивации к занятиям спортом / Н. С. Деговцев // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2022. – № 12. – С. 56-59.
8. Деговцев, Н. С. Тренинговая программа по развитию включенности родителей в спортивную жизнь подростков как ресурс становления адекватной самооценки / Н. С. Деговцев // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2021. – № 11. – С. 39-42.
9. Деговцев, Н. С. Взаимосвязь восприятия родительского отношения с компонентами самооценки у подростков 12-16 лет, занимающихся единоборствами / Н. С. Деговцев, Г. Б. Горская, С. В. Фомиченко // Материалы ежегод-

ной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2021. – № 1. – С. 176-180.

10. Деговцев, Н. С. Влияние отношения с близким окружением на мотивацию к занятиям спортом у спортсменов-единоборцев подросткового возраста / Н. С. Деговцев, Г. Б. Горская, С. В. Фомиченко // Материалы Ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма : Материалы конференции, Краснодар, 29 мая 2020 года / Редколлегия: С.М. Ахметов [и др.]. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – С. 109-113.

11. Деговцев, Н. С. Влияние компонентов деятельности тренера на формирование адекватного уровня самооценки у спортсменов-единоборцев / Н. С. Деговцев // Современные тенденции психолого-педагогического обеспечения занимающихся физической культурой и спортом : материалы II всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Малаховка, 25–26 ноября 2020 года / министерство спорта российской федерации фгбоу во «московская государственная академия физической культуры». – Малаховка: Московская государственная академия физической культуры. – 2020. – С. 50-57.

12. Деговцев, Н. С. Восприятие спортсменами-подростками деятельности тренера как фактор влияющий на формирование самооценки / Н. С. Деговцев, С. В. Фомиченко // Ананьевские чтения — 2020. Психология служебной деятельности: достижения и перспективы развития (в честь 75-летия Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.) : материалы международной научной конференции, Санкт-Петербург, 08–11 декабря 2020 года / Санкт-петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург: ООО "Скифия-принт". – 2020. – С. 838-839.

13. Деговцев, Н. С. Особенности развития самовосприятия у подростков с учетом классификации единоборств / Н. С. Деговцев // Рудиковские чтения-2020 : Материалы XVI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Москва, 28–29 мая 2020 года / Под общей редакцией Ю.В. Байковского, В.Ф. Сопова, В.А. Москвина. – Москва: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК)". – 2020. – С. 59-64.

14. Деговцев, Н. С. Вклад средовых и личностных факторов в проявления самооценки и их изменения по мере взросления на примере спортсменов-единоборцев 12-13 и 14-16 лет / Н. С. Деговцев, С. В. Фомиченко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 12 февраля 2020 года. Том Часть 2. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – С. 106-108.

15. Деговцев, Н. С. Сильные и слабые стороны самооценки единоборцев подросткового возраста / Н. С. Деговцев // Материалы научной и научно-

методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. – 2020. – № 1. – С. 225-226.

16. Деговцев, Н. С. Оптимистичное отношение в ситуациях успеха и неудачи как ресурс развития самооценки у спортсменов / Н. С. Деговцев, Г. Б. Горская, С. В. Фомиченко // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2020. – № 1. – С. 43-45.

17. Деговцев, Н. С. Взаимосвязь восприятия родительского отношения с компонентами уверенности в себе у юных спортсменов / Н. С. Деговцев, С. В. Фомиченко // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование : Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 11 февраля 2019 года. Том Часть 2. – Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – 2019. – С. 56-58.

18. Деговцев, Н. С. Влияние отношений с близким окружением подростка на формирование у него уверенного поведения / Н. С. Деговцев, С. В. Фомиченко // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. – 2019. – № 1. – С. 110-112. – EDN TRYLTI.