

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 4. С. 35–43. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2022, vol. 28, № 4, pp. 35–43.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 159.9:796

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-4-35-43>

ГАРМОНИЗАЦИЯ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ-ПОДРОСТКОВ С БЛИЖАЙШИМ СОЦИАЛЬНЫМ ОКРУЖЕНИЕМ КАК РЕСУРС УПРОЧЕНИЯ САМООЦЕНКИ

Деговцев Николай Сергеевич, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар, Россия, nikolai.degovcev@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3689-9981>

Горская Галина Борисовна, доктор психологических наук, профессор, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар, Россия, gorskayagalina@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2663-5667>

Фомиченко Сергей Васильевич, кандидат биологических наук, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар, Россия, fomihcenko@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5589-9899>

Аннотация. Анализ литературных источников показал актуальность изучения раскрытия личностных ресурсов спортсменов под влиянием окружающей среды в динамике развития взаимоотношений, а также важность изучения комплекса взаимоотношений с различными группами лиц из ближайшего социального окружения. Взаимопонимание, поддержка и удовлетворенность от общения в социальной группе являются важными условиями раскрытия внутренних ресурсов личности. Фактором, затрудняющим формирование самооценки, оказалась разнонаправленность влияния на самооценку подростков семейного окружения, сверстников и тренера. Целью исследования была проверка предположения о возможности укрепления самооценки подростков за счет целенаправленного воздействия на их взаимоотношения с ближайшим социальным окружением. Предположение проверялось в формирующем эксперименте длительностью в шесть месяцев, направленном на гармонизацию взаимоотношений спортсменов-подростков с тренером, родителями, товарищами по совместным тренировкам. Результаты шестимесячного формирующего эксперимента показали, что примененная методика обеспечила решение поставленной задачи. В процессе проведения эксперимента были выявлены фазы перестройки отношений спортсменов-подростков с социальным окружением, включающие разрушение структуры сложившихся отношений через три месяца и становление новой системы отношений после шести месяцев. Это указывает на необходимость и важность длительных воздействий, позволяющих достичь перестройки регуляции самооценки и необходимость с осторожностью относиться к кратковременным формирующим воздействиям.

Ключевые слова: ресурс, проактивный подход, экологическая теория, взаимоотношения, самооценка.

Для цитирования: Деговцев Н.С., Горская Г.Б., Фомиченко С.В. Гармонизация взаимоотношений спортсменов-подростков с ближайшим социальным окружением как ресурс упрочения самооценки // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 4. С. 35–43. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-4-35-43>

Research Article

HARMONIZATION OF THE RELATIONSHIP OF ADOLESCENT ATHLETES WITH THE IMMEDIATE SOCIAL ENVIRONMENT AS A RESOURCE FOR STRENGTHENING SELF-ESTEEM

Nikolai S. Degovtsev, Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar, Russia, nikolai.degovcev@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-3689-9981>

Galina B. Gorskaya, Doctor of Psychological Science, Professor, Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar, Russia, gorskayagalina@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-2663-5667>

Sergey V. Fomichenko, Candidate of Biological Sciences, Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar, Russia, fomihcenko@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5589-9899>

Abstract. The analysis of literary sources showed the relevance of studying the disclosure of personal resources of athletes under the influence of the environment in the dynamics of the development of relationships, as well as the importance of studying a complex of relationships with various groups of people from the immediate social environment. Mutual understanding,

support and satisfaction from communication in a social group are important conditions for the disclosure of the internal resources of the individual. The factor hindering the formation of self-esteem was the multidirectional influence on the self-esteem of adolescents of the family environment, peers and the coach. The purpose of the study was to test the assumption about the possibility of strengthening the self-esteem of adolescents through a targeted impact on their relationships with the immediate social environment. The assumption was tested in a formative experiment lasting six months, aimed at harmonizing the relationship of teenage athletes with a coach, parents, and comrades in joint training. The results of a six-month formative experiment showed that the applied methodology provided a solution to the problem. During the experiment, the phases of restructuring the relationship of adolescent athletes with the social environment were identified, including the destruction of the structure of existing relationships after three months and the formation of a new system of relations after six months. This indicates the need and importance of long-term influences that allow achieving a restructuring of the regulation of self-esteem and the need to be wary of short-term formative influences.

Keywords: resource, proactive approach, environmental theory, relationship, self-assessment.

For citation: Degovtsev N.S., Gorskaya G.B., Fomichenko S.V. Harmonization of the relationship of adolescent athletes with the immediate social environment as a resource for strengthening self-esteem. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2022, vol. 28, № 4, pp. 35–43. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-4-35-43>

Раскрытие ресурсов личности в настоящее время является актуальной тематикой психологических исследований. Важность исследований определяется значимостью приобретения личностью жизненно важных умений в связи с быстроменяющимися условиями жизни. Взаимодействие с социальным окружением является неотъемлемой частью любой сферы деятельности человека. Отношения со значимыми людьми стали рассматриваться исследователями как фактор раскрытия внутренних ресурсов личности человека. Изучение механизмов влияния окружения из различных социальных групп на личность позволит найти возможности раскрытия ресурсов в переломные моменты становления личности.

О важности исследований влияния среды на личность свидетельствует разработка экологической психологии, суть и направления которой описаны в обзорных статьях А.Н. Вераксы. Он считает одним из ярких представителей данного направления автора экологической теории У. Бронфенбреннера. В теории У. Бронфенбреннера уделяется внимание как влиянию взаимоотношений в микросистемах, так и в мезосистемах и макросистемах.

Характеристикой исследований в области экологической психологии является понимание динамичности системы взаимоотношений. Человек активно стимулирует собственное развитие благодаря включению в определенный род деятельности и возникающим в ходе этой деятельности взаимоотношениям. В трудах В.А. Толочка отмечается важность исследований личности в контексте взаимоотношений с окружающей средой. Среди перспективных направлений В.А. Толочек выделяет длительные исследования взаимодействий в системе человек – среда. Обуславливается это тем, что процесс раскрытия ресурсов не может быть одномоментным, а является результатом продолжительных, глубоких межличностных и интересубъектных взаимодействий людей для достижения результатов деятельности, в которую

они включаются. Раскрытию ресурсов способствует формирование и актуализация благоприятных внутренних и внешних условий.

Исследователи в русле концепции «Positive Youth Development» отдают предпочтение раскрытию ресурсов личности в подростковом возрасте [Горская, Масленникова: 136]. Реализация программ по развитию личности в данном возрастном периоде рассматривается как проактивный подход к успешной социализации человека в дальнейшем. Исследователи считают фактором раскрытия ресурсов общение в коллективе и включение в общую деятельность.

В работах В.А. Толочка, К.Р. Капиевой, А.В. Козельской в качестве одного из важных ресурсов личности называется самоотношение, уверенное поведение и адекватное сравнение своих личностных качеств с другими. По мнению К. Роджерса, самоотношение и познание человеком себя является двигателем развития личности.

На основании приведённых положений имеется возможность разработать модель исследования, позволяющую изучить влияние различных социальных групп на становление самооценки. Важно учитывать включенность испытуемых в общую сферу деятельности. В качестве вида деятельности в наших исследованиях была выбрана спортивная деятельность.

Исследования роли социального окружения юных спортсменов как фактора их личностного развития характеризуется тем, что в них, как правило, изучаются взаимоотношения с составляющими это окружение отдельными лицами (либо тренерами, либо с родителями, либо с другими спортсменами). Поскольку весьма вероятна разнонаправленность влияния на личностное развитие юных спортсменов, в частности на их самооценку, перечисленных групп значимых для них людей, становится важным проведение комплексных исследований, позволяющих получить реалистичную картину соотношения этих влияний.

Цель исследования – проверка предположения о том, что гармонизация взаимоотношений спортсменов-подростков с лицами ближайшего социального окружения с помощью специальных воздействий является ресурсом укрепления их самооценки. Индикаторами эффективности формирующего эксперимента, направленного на гармонизацию взаимоотношений спортсменов-подростков с социальным окружением, в исследовании выступают показатели самооценки и их корреляционные связи с показателями взаимоотношений с родителями, тренером, сверстниками по признакам значимости этих лиц для юных спортсменов и предпочитаемым типам отношений с ними.

В опубликованной ранее статье мы отмечали важность социального взаимодействия с окружающими для формирования самооценки [Деговцев, Горская: 480]. На выборке 140 спортсменов, специализирующихся в единоборствах, были выявлены признаки разнонаправленности влияния семейного и внесемейного круга лиц ближайшего социального окружения. Высокому уровню самооценки и снижению внутреннего конфликта сопутствуют благоприятные взаимоотношения в семье, построенные на вовлеченности со стороны родителей, теплоте отношений и поддержании оптимального уровня автономии. Взаимоотношения с лицами из внесемейного круга общения повышают критичность отношения к себе у подростков. В особенности это проявляется во взаимоотношениях со сверстниками и их родителями. Исследования также показали важность взаимоотношений с тренером по формированию самооценки.

Логическим продолжением проведенной ранее работы служит разработка методики специального воздействия на взаимоотношения спортсменов с социальным окружением, направленного на укрепление их самооценки. Методика разрабатывалась с учетом выявленных ранее положительных и отрицательных сторон влияния среды. В основе методики лежала идея создания для спортсменов и их ближайшего социального окружения общего поля, связанного единой деятельностью. Решению этой задачи послужило создание специального дневника спортсмена, работа с которым давала возможности для объединения усилий тренера, спортсменов, родителей юных спортсменов ради повышения успешности их подготовки. В то же время работа с дневниками побуждала юных спортсменов к осмыслению собственной тренировочной работы и выступлений в соревнованиях, что являлось основой для укрепления их самооценки. Дневник состоял из блоков, которые отражали различные стороны соревновательной и тренировочной деятельности. Учитывались такие показатели, как старание спортсменов на тренировке, уровень физической подготовки, качественных и количественных показателей соревновательной дея-

тельности. Акцентировалось внимание на развитии каждого спортсмена. Созданию благоприятных условий становления личности в среде сверстников способствовали беседы, психотехнические игры и различные задания по формированию взаимоотношений на основе поддержки. Внимание уделялось важности роли каждого члена коллектива в достижении общего результата. Взаимодействие с родителями осуществлялось непосредственно через дневник спортсмена, социальные сети, где выкладывались основные результаты и рейтинги спортсменов, а также через тренинговые встречи. Подробное описание дневников и проведенной работы представлено в опубликованной ранее статье [Деговцев, Горская: 40]. Работа с дневниками проводилась 6 месяцев в группе спортсменов-подростков ($n = 13$), являющихся членами спортивной сборной команды Краснодарского края по вестилевому каратэ. Индикаторами формирования взаимоотношений с социальным окружением служили показатели самооценки по методике диагностики самооценки Дембо –Рубинштейн и показатели важности и предпочитаемых взаимоотношений с лицами ближайшего социального окружения по методике «Социально-психологические связи» Н.В. Кузьминой. Сбор данных проводился в начале эксперимента, спустя 3 месяца и по окончании эксперимента (спустя 6 месяцев).

Данные корреляционных взаимосвязей показателей самооценки и важности лиц ближайшего социального окружения представлены на рисунке 1.

В начале эксперимента мы видим барьеры становления самооценки подростков, связанные с взаимоотношениями с лицами внесемейного круга общения. На них указывают отрицательные корреляционные взаимосвязи между показателями самооценки характера, авторитета у сверстников и интегрального показателя и показателями важности лиц ближайшего внесемейного окружения: друга/подруги вне школы и матери/отца товарища. Чем важнее названные лица, тем ниже показатели самооценки. В дальнейшем ходе эксперимента корреляционные взаимосвязи с данными показателями отсутствуют. Через три месяца после начала эксперимента возникают положительные корреляционные взаимосвязи различных показателей самооценки с показателями важности тренера и друга/подруги из секции. Но следует отметить отрицательную корреляционную связь показателя значимости брата или сестры с показателем самооценки здоровья. Эту связь можно расценить как значимость психологической поддержки со стороны брата или сестры при ухудшении состояния здоровья. Через шесть месяцев после начала эксперимента отмечаются положительные корреляционные связи показателей самооценки с показателями значимости тренера и друга/подруги из секции. Со-

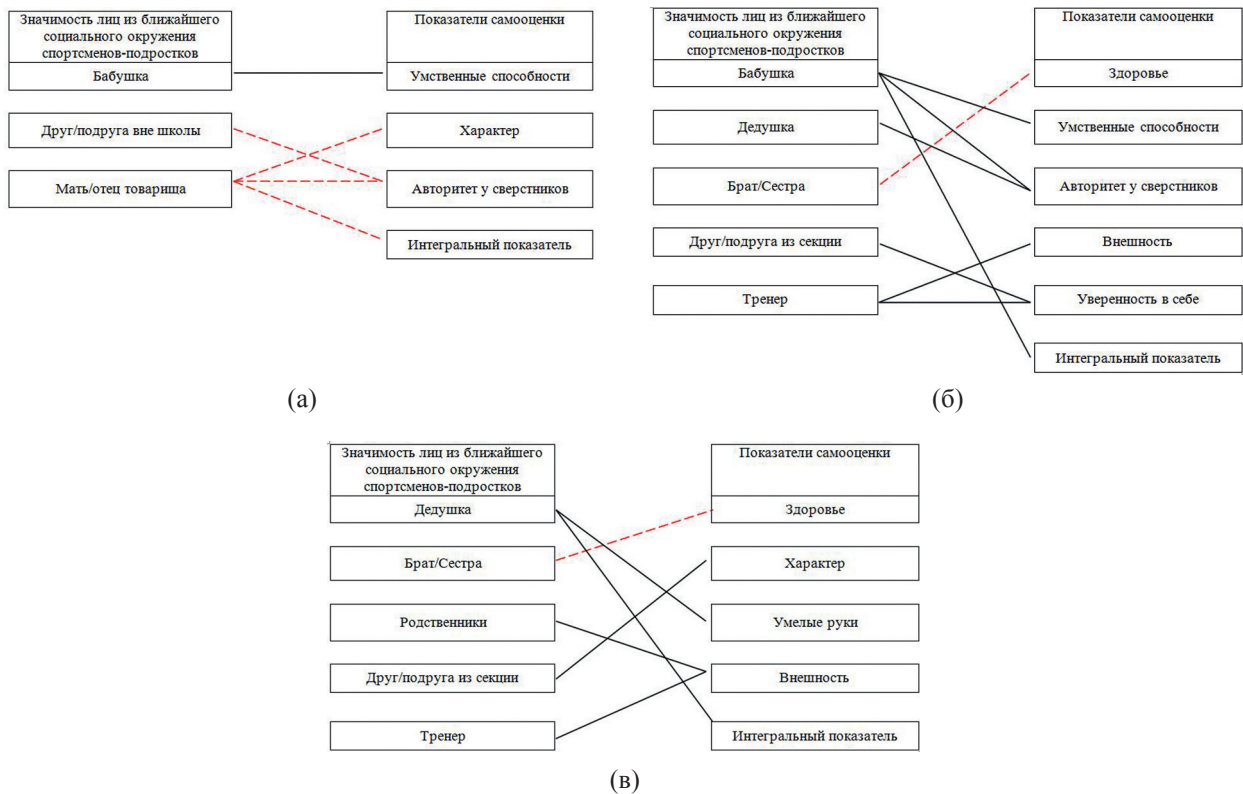


Рис. 1. Достоверные корреляционные взаимосвязи показателей самооценки и показателей значимости лиц из ближайшего социального окружения спортсменов-подростков в ходе эксперимента (n = 13): *a* – начало эксперимента; *б* – спустя 3 месяца; *в* – окончание эксперимента (--- обратная корреляционная связь, ——— прямая корреляционная взаимосвязь)

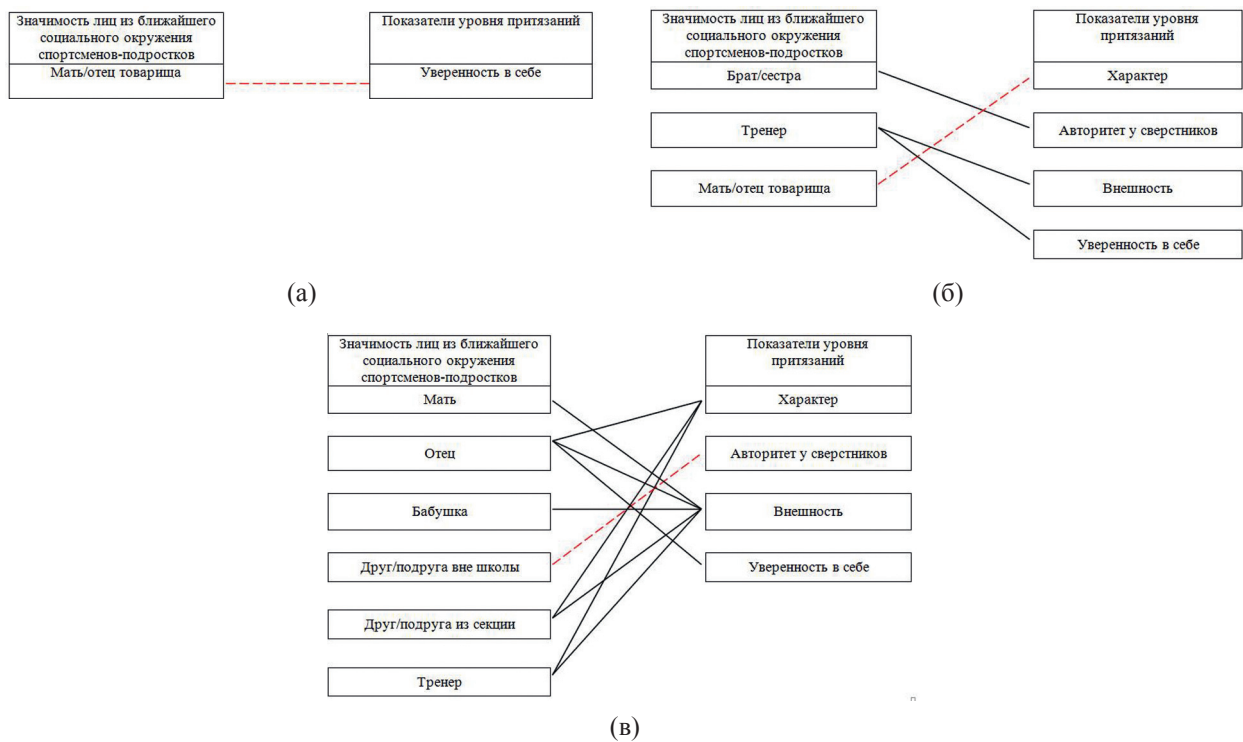


Рис. 2. Достоверные корреляционные взаимосвязи показателей уровня притязаний и показателей значимости лиц из ближайшего социального окружения спортсменов-подростков в ходе эксперимента (n = 13): *a* – начало эксперимента, *б* – спустя 3 месяца, *в* – окончание эксперимента (--- обратная корреляционная связь, ——— прямая корреляционная взаимосвязь)

став корреляционных связей, отмеченных после трех и шести месяцев формирующего эксперимента, говорит об осознании спортсменами роли семейного окружения как источника психологической поддержки, с одной стороны, и на осознание психологической поддержки со стороны тренера и сверстников, с другой стороны.

Данные говорят о пересмотре подростками взаимоотношений с социальным окружением. Целенаправленное воздействие позволило выделить во взаимоотношениях более важные лица с точки зрения поддержки самооценки. Важным индикатором успешности представленной программы является появление корреляционных взаимосвязей с показателями важности сверстников из спортивной секции и тренера. Спортсмены проводят большую часть времени во взаимодействии именно с этой социальной группой. Реализованная программа дала возможность подросткам почувствовать поддержку своих товарищей и тренера. Создались новые условия для становления личности, где появилась возможность реализации возможности личности, раскрытия ресурсов, без боязни критики со стороны социального окружения. Тем самым оказались реализованы средовые ресурсы укрепления самооценки подростков, которые не проявлялись до формирующего эксперимента.

Качественные и количественные изменения также наблюдаются и в изменениях корреляционных взаимосвязей показателей уровня притязаний и важностью лиц ближайшего социального окружения (рис. 2). Притязания расцениваются как оценка перспективных планов развития личности, которые ставят перед собой подростки. Социальное окружение является важной опорой в построении правильных ориентиров и их реализации. По результатам исследования можно увидеть, что количество корреляционных связей показателей важности лиц ближайшего социального окружения подростков и показателей уровня притязаний возрастает от одного этапа эксперимента к другому.

В начале эксперимента была выявлена только одна отрицательная корреляционная взаимосвязь показателя важности матери/отца товарища с показателем уровня притязаний по уверенности в себе. Такие данные говорят о том, что подростки не имели возможности полагаться на мнение окружающих в формировании представления о постановке целей ближайшего развития личности, полагаясь на собственные силы, что говорит об отсутствии целенаправленной работы с подростками над целеполаганием. Эксперимент показал постепенное изменение роли взаимоотношений с окружающими в формировании у спортсменов-подростков уровня притязаний. Появляются взаимосвязи уровня притязаний с показателями важности родителей, тренера и свер-

стников, которые, как показали предыдущие исследования, являются важными в оценке собственных возможностей. Большое количество взаимосвязей показателей уровня притязаний наблюдается с показателем важности отца. Активное включение отца в жизнь подростков мужского пола поддерживает притязания по показателям характера, внешности и уверенности в себе. Целенаправленная работа внутри спортивной группы по формированию взаимной поддержки также дала ожидаемый результат. В ходе эксперимента появились положительные корреляционные взаимосвязи показателей важности сверстников из спортивной группы и тренера с показателями уровня притязаний характера и внешности. Анализируя корреляционные взаимосвязи сверстников из разных социальных групп, можно увидеть разницу между целенаправленной работой и естественным формированием взаимоотношений в коллективе. Сверстники вне секции воспринимаются как лица, снижающие оценку своих возможностей. Это связано с тем, что взаимоотношения в основном построены на соперничестве. Отсутствует ориентация членов группы на поддержку других членов группы. Целенаправленное создание условий для развития личности воспринимается подростками позитивно. Это говорит о необходимости проведения целенаправленной работы с подростками по созданию отношений сотрудничества и взаимной поддержки.

В ходе работы с социальным окружением спортсменов-подростков корреляционные взаимосвязи показателей важности лиц ближайшего социального окружения с показателями расхождения самооценки и уровня притязаний показали динамику количественных изменений в сторону уменьшения (рис. 3).

Степень расхождения уровня притязания и самооценки является чувствительным индикатором неуверенности спортсменов в своих силах, фактором риска тревожности и социальной дезадаптации. На начальном этапе сбора данных мы видим большое количество положительных корреляционных взаимосвязей с показателями значимости лиц семейного и внесемейного круга общения, из-за чего возникает риск появления проблем, связанных с оценкой собственных возможностей. В то же время значимость дедушки и друга из секции снижает величину расхождения уровня притязаний и самооценки. Это указывает на то, что значимость различных людей из ближайшего социального окружения сказывается на величине расхождения уровня притязаний и самооценки спортсменов-подростков разнонаправленно. Результаты последующих сборов экспериментальных данных показали снижение количества положительных корреляционных взаимосвязей до полного их отсутствия по окончании эксперимента. Сохранились отрицательные корреляционные взаимосвязи с пока-

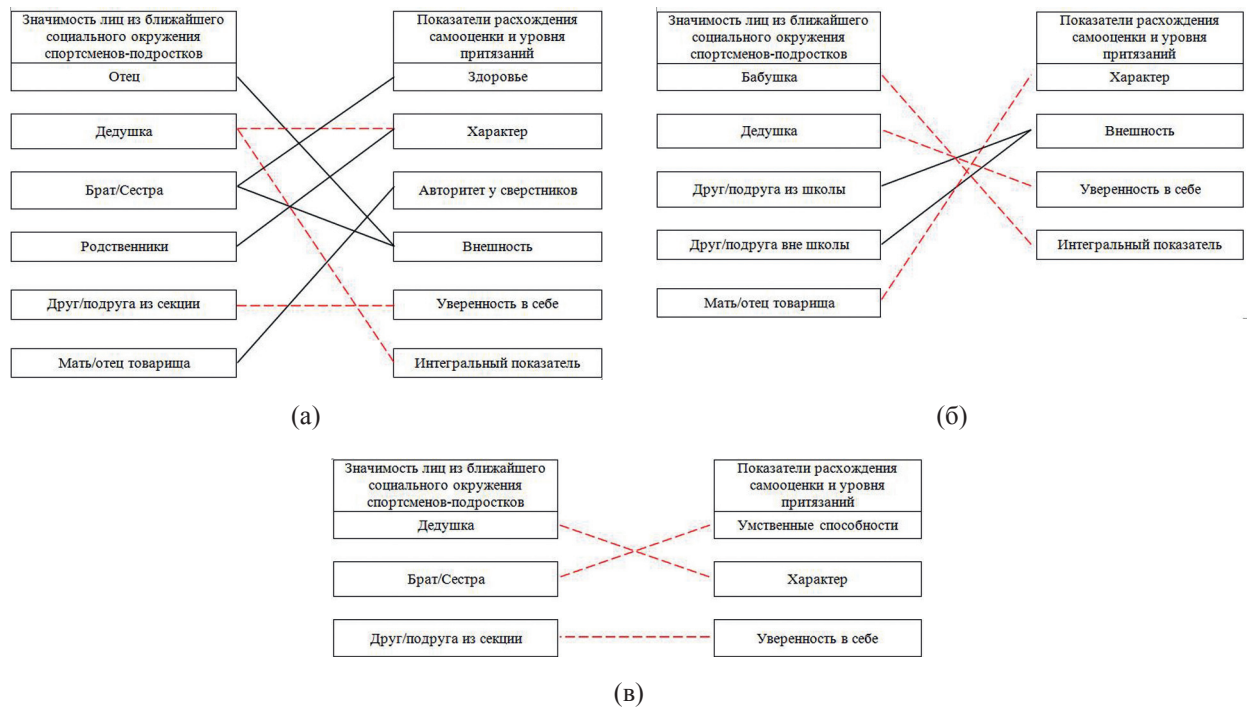


Рис. 3. Достоверные корреляционные взаимосвязи расхождения самооценки и уровня притязаний и показателей значимости лиц из ближайшего социального окружения спортсменов-подростков в ходе эксперимента (n = 13):
a – начало эксперимента, *б* – спустя 3 месяца, *в* – окончание эксперимента
 (--- обратная корреляционная связь, ——— прямая корреляционная взаимосвязь)



Рис. 4. Достоверные корреляционные взаимосвязи самооценки и показателей типов взаимоотношений с социальным окружением спортсменов-подростков в ходе эксперимента (n = 13):
a – начало эксперимента, *б* – спустя 3 месяца, *в* – окончание эксперимента
 (--- обратная корреляционная связь, ——— прямая корреляционная взаимосвязь)

зателями важности дедушки, брата/сестры и друга/подруги из секции, которые являются более важными в поддержании низкого уровня внутреннего конфликта.

Взаимоотношения подростков с социальным окружением рассматривались не только по показателям значимости входящих в него лиц, но и по показателям предпочитаемых отношений с ними. Показатели предпочитаемых отношений можно подразделить на «детские» («Уверен, поможет», «Уверен, защитит») и «взрослые» («Уверен, поймет», «Могу дове-

ряться», «Дорожу мнением» отношений. Результаты корреляционных взаимосвязей показателей типов взаимоотношений и показателей самооценки, уровня притязаний и расхождения самооценки и уровня притязаний представлены на рисунках 4–6.

Стоит отметить тенденцию увеличения корреляционных взаимосвязей показателей типов взаимоотношений с показателями самооценки и уровня притязаний от полного их отсутствия до выявления важных показателей для подростков в ходе эксперимента.

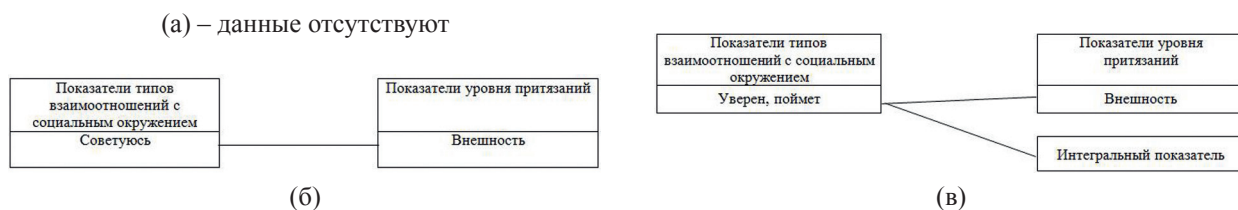


Рис. 5. Достоверные корреляционные взаимосвязи уровня притязаний и показателей типов взаимоотношений с социальным окружением спортсменов-подростков в ходе эксперимента (n = 13):
a – начало эксперимента, *б* – спустя 3 месяца, *в* – окончание эксперимента
 (- - - - - обратная корреляционная связь, ———— – прямая корреляционная взаимосвязь)

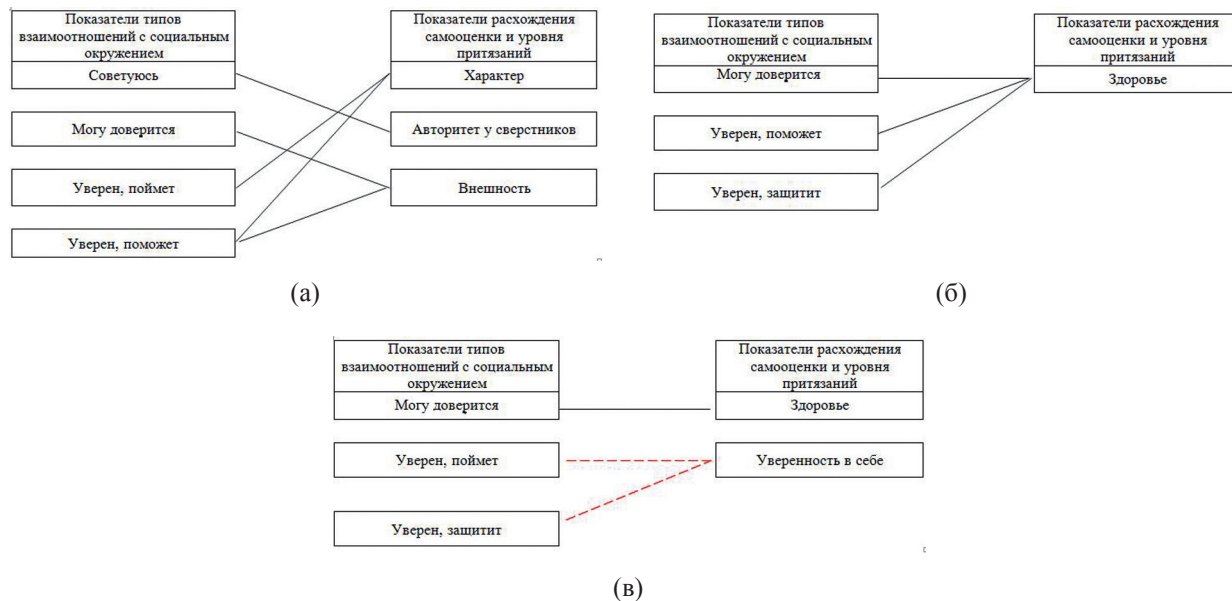


Рис. 6. Достоверные корреляционные взаимосвязи расхождения самооценки и уровня притязаний и показателей типов взаимоотношений с социальным окружением спортсменов-подростков в ходе эксперимента (n = 13):
a – начало эксперимента, *б* – спустя 3 месяца, *в* – окончание эксперимента
 (- - - - - обратная корреляционная связь, ———— – прямая корреляционная взаимосвязь)

Важным типом предпочитаемого взаимоотношения с социальным окружением для поддержания высокого уровня как отдельных показателей самооценки и уровня притязаний, так и интегрального в ходе эксперимента выделился показатель «Уверен, поймет».

В период бурного становления личности, отсутствия четких представлений о себе подростки нуждаются в понимании со стороны окружения. С другой стороны, исследования показали, что различного рода типы взаимоотношений с социальным окружением негативно связаны с самооценкой здоровья подростков. Увеличение показателей «взрослых» отношений («Советуюсь», «Уверен, поймет») проявляется в повышении показателей уровня притязаний (рис. 5).

Проявление осознанности в социальном взаимодействии после проведенной тренинговой программы показывают результаты корреляционных взаимосвязей показателей типов предпочитаемых взаимоотношений с социальным окружением с показателями расхождения самооценки и уровня притязаний (рис. 6).

На начальном этапе исследования данные корреляционных взаимосвязей показали, что повышение значимости определенных типов взаимоотношений с социальным окружением увеличивает значения частных показателей расхождения самооценки и уровня притязаний. В ходе эксперимента мы видим перестройку восприятия взаимоотношений с социальным окружением, которая отражается в уменьшении количества положительных корреляционных взаимосвязей и появлении отрицательных.

Поддержание низкого уровня расхождения по показателю «Уверенность в себе» связано с показателями таких типов отношений, как «Уверен, поймет» и «Уверен, защитит». Вовлеченность в спортивную деятельность родителей, создание условий для развития личности на тренировке позволила подросткам раскрыть ресурс поддержания высокого уровня

оценки себя через поддержку и внимание со стороны ближайшего социального окружения.

Выводы

Исследования показали возможность укрепления самооценки подростков за счет целенаправленного воздействия на их взаимоотношения с ближайшим социальным окружением. Реализованная в формирующем эксперименте программа поддержки осмысления спортсменами-подростками своих возможностей и взаимоотношений с социальным окружением, вовлечения самих подростков и их родителей в анализ успехов юных спортсменов проявилась в укреплении отношений поддержки самооценки подростков. Формирующий эксперимент позволил снять барьеры становления самооценки спортсменов-подростков, обусловленные взаимоотношениями с социальным окружением. Таким образом, результаты проведенного эксперимента подтвердили выдвинутую гипотезу.

Результаты исследования показали, что ограниченность ресурсов становления самооценки связана с взаимоотношениями с социальным окружением. В частности, необходимо принимать во внимание важность лиц внесемейного круга, слабо выраженную опору на социальное окружение в формировании представлений о собственных возможностях, а также на высокий риск проблем со стабильностью самооценки. На него указывают выявленные положительные корреляционные взаимосвязи расхождения самооценки и уровня притязаний с важностью лиц ближайшего социального окружения.

Подтверждением эффективности специализированных воздействий, примененных в формирующем эксперименте, послужил ряд изменений, касающихся взаимоотношений с социальным окружением. Вовлечение в тренировочный процесс подростков лиц различных социальных групп позволило выделить более важные лица в поддержании самооценки. Это отражается в качественных и количественных изменениях взаимосвязей показателей важности лиц ближайшего социального окружения и показателей самооценки. Нерешенным остался вопрос отрицательных взаимосвязей самооценки спортсменов-подростков с важностью сверстников вне спортивного коллектива. В ходе эксперимента были сделаны выводы о том, что без целенаправленной работы с данной социальной группой невозможно добиться решения всех проблем становления самооценки спортсменов-подростков.

Сопоставление исследования, проведенного на больших выборках разных спортивных групп [Деговцев, Горская: 476], и данной экспериментальной группы показывает необходимость индивидуализированного подхода в работе со спортивными командами. Констатирующие исследования показывают общие закономерности становления самооценки подростков под влиянием окружения. В отдельных

спортивных командах имеют место небольшие вариации влияния лиц различных социальных групп в связи с особенностью функционирования социальных систем. Корреляционные взаимосвязи в каждой конкретной группе зависят от качества взаимоотношений в социальных группах и вовлеченности того или иного человека из лиц ближайшего социального окружения в жизнь подростков. Показатели важности сверстников из спортивной группы и тренера стали способствовать формированию адекватной самооценки. Это позволило сделать вывод о возможности создания благоприятных условий раскрытия ресурсов личности внутри спортивной группы.

Стоит так же обратить внимание на выявленные переломные фазы становления отношений под целенаправленным воздействием, которые могут характеризоваться уменьшением корреляционных взаимосвязей с последующей их перестройкой и выделением более важных показателей взаимоотношений. Данный феномен не может быть учтен при применении краткосрочных методик, направленных на поддержку становления самооценки спортсменов-подростков.

Список литературы

- Веракса А.Н., Леонов С.В.* Экологический подход У. Бронфенбреннера в спортивной психологии // Вестник Московского университета. Сер.: Психология. 2009. С. 78–84.
- Горская Г.Б., Масленникова В.А.* Сравнительная оценка спортивной и научно-исследовательской деятельности как психологического ресурса повышения готовности в социализации в юношеском возрасте // Общество: социология, психология, педагогика. 2020. С. 134–139.
- Деговцев Н.С., Горская Г.Б.* Вклад социального окружения в становление самооценки спортсменов подросткового возраста // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 12 (202). С. 474–480.
- Деговцев Н.С.* Тренинговая программа по развитию включенности родителей в спортивную жизнь подростков как ресурс становления адекватной самооценки // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2021. С. 39–42.
- Капиева К.Р.* Психический ресурс личности: паттерны и детерминанты развития // Гуманизация образования: научно-практический журнал. 2015. № 3. С. 75–81.
- Козельская А.В.* Психология жизненных ресурсов // Российский психологический журнал. 2008. № 3. С. 87–89.
- Толочек В.А.* Феномен «Ресурсы»: стадии и ситуации актуализации условий среды как ресурсов // Известия Саратовского университета. 2017. С. 15–23.
- Хьел Л., Зиглер Д.* Теория личности. Санкт-Петербург: Питер Ком, 1998. 608 с.

References

Gorskaja G.B., Maslennikova V.A. *Sravnitel'naja ocenka sportivnoj inauchno-issledovatel'skoj dejatel'nosti kak psihologicheskogo resursa po vyshenija gotovnosti v socializacii v junosheskom vozraste* [Comparative evaluation of sports and research activities as a psychological resource for increasing readiness in socialization in adolescence]. *Obshhestvo: sociologija, psihologija, pedagogika* [Society: sociology, psychology, pedagogy], 2020, pp. 134-139. (In Russ.)

Degovcev N.S., Gorskaja G.B. *Vklad social'nogo okruzenija v stanovlenie samoocenki sportsmenov podrostkovogo vozrasta* [The contribution of the social environment to the formation of self-esteem of adolescent athletes]. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta* [Scientific notes of the University named after P.F. Lesgaft], 2021, vol. 12 (202), pp. 474-480. (In Russ.)

Degovcev N.S. *Treningovaja programma po razvitiu vkljuchennosti roditel'ev v sportivnuju zhizn' podrostkov kak resurs stanovlenija adekvatnoj samoocenki* [Training program for the development of parents' involvement in the sports life of adolescents as a resource for the formation of adequate self-esteem]. *Resursy konkurento sposobnosti sportsmenov: teorija i praktikarealizacii* [Resources of competitiveness of athletes: theory and practice of implementation], 2021, pp. 39-42. (In Russ.)

H'el L., Zigler D. *Teorija lichnosti* [Personality theory]. Saint Petersburg, Piter Kom Publ., 1998, 608 p. (In Russ.)

Kapieva K.R. *Psihicheskij resurs lichnosti: pattery i determinant razvitija* [Mental resource of personality: patterns and determinants of development]. *Nauchno-prakticheskij zhurnal «Gumanizacija obrazovanija»* [Scientific and practical journal "Humanization of Education"], 2015, vol. 3, pp. 75-81. (In Russ.)

Kozel'skaja A.V. *Psihologija zhiznennyh resursov* [Psychology of life resources]. *Rossijskij psihologicheskij zhurnal* [Russian psychological journal], 2008, vol. 3, pp. 87-89. (In Russ.)

Tolochek V.A. *Fenomen «Resursy»: stadii i situacii aktualizacii uslovij sredy kak resursov* [The "Resources" Phenomenon: Stages and Situations of Actualization of Environmental Conditions as Resources]. *Izvestija Saratovskogo universiteta* [News of the Saratov University], 2017, pp. 15-23. (In Russ.)

Veraksa A.N., Leonov S.V. *Jekologicheskij podhod U. Bronfenbrennera v sportivnojpsihologii* [Ecological approach of W. Bronfenbrenner in sports psychology]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Ser.: Psihologija* [Vestnik of Moscow University. Ser.: Psychology], 2009, pp. 78-84. (In Russ.)

Статья поступила в редакцию 01.10.2022; одобрена после рецензирования 30.10.2022; принята к публикации 08.11.2022.

The article was submitted 01.10.2022; approved after reviewing 30.10.2022; accepted for publication 08.11.2022.