

Научная статья

УДК 796.071.424.4

<https://doi.org/10.23951/2307-6127-2025-2-150-161>

Психологическая сепарация от родителей как фактор спортивной мотивации у студентов – спортсменов юношеского возраста

**Татьяна Викторовна Слотина¹, Алёна Владимировна Орлова²,
Александра Владимировна Комарова³**

^{1,2} *Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I, Санкт-Петербург, Россия*

³ *Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого, Санкт-Петербург, Россия*

¹ *vladislava-97@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7304-7446>*

² *orlova2002a@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0006-8174-6980>*

³ *alex_komarova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6104-0194>*

Аннотация

Статья посвящена исследованию психологической сепарации от родителей как фактору спортивной мотивации у студентов – спортсменов юношеского возраста. Выборка: 78 студентов-спортсменов вузов Санкт-Петербурга: 54 девушки и 24 юноши. Возраст от 18 до 22 лет. Методики: опросник психологической сепарации Дж. Хоффмана Psychological Separation Inventory в адаптации В.П. Дзукаевой, Т.Ю. Садовниковой; методика «Мотивы занятий спортом» (А.В. Шаболтас, Е.П. Ильин); методика диагностики уровня субъективного контроля Дж. Ротера (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда). Статистический анализ: *t*-критерий Стьюдента, линейная корреляция Пирсона. Результаты эмпирического анализа продемонстрировали, что для спортсменов характерен средний уровень сепарации от родителей, низкий уровень всех видов спортивных мотивов, амбивальность локуса контроля. Вторичная обработка данных: выявлены различия по половому признаку. Юноши проявляют большую эмоциональность и стремление к достижению успеха в спорте и демонстрируют более высокий уровень патриотизма, чем девушки. Девушки чаще обнаруживают сильную эмоциональную связь с матерью, что положительно влияет на их спортивную мотивацию. Юношам необходима поддержка обоих родителей. Значимым в формировании спортивной мотивации является развитие интернальности. Следовательно, и девушки, и юноши, отдаляясь от родителей, теряют поддержку и опору с их стороны, вследствие чего теряют спортивную мотивацию. Связь с родителями и высокий уровень субъективного контроля положительно влияют на мотивацию спортсмена. На основании полученных данных была разработана программа, направленная на развитие эффективных взаимоотношений спортсменов и их родителей. Она может найти свое применение в работе спортивного психолога, тренера при выстраивании взаимоотношений с родителями спортсменов и самими спортсменами юношеского возраста.

Ключевые слова: *психологическая сепарация, мотивация, юноши, девушки, спортсмены, родители, уровень субъективного контроля*

Для цитирования: Слотина Т.В., Орлова А.В., Комарова А.В. Психологическая сепарация от родителей как фактор спортивной мотивации у студентов – спортсменов юношеского возраста // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. 2025. Вып. 2 (60). С. 150–161. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2025-2-150-161>

Original article

Psychological Separation from Parents as a Factor of Sports Motivation in Adolescent Student Athletes

Tat'yana V. Slotina¹, Alena V. Orlova², Aleksandra V. Komarova³

^{1,2} St. Petersburg State University of Railways of Emperor Alexander I, St. Petersburg, Russian Federation

³ Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University, St. Petersburg, Russian Federation

¹ vladislava-97@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0002-7304-7446>

² orlova2002a@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0006-8174-6980>

³ alex_komarova@mail.ru, <https://orcid.org/0000-0001-6104-0194>

Abstract

The article is devoted to the study of psychological separation from parents as a factor of sports motivation in student athletes of youth age. Sample: 78 student athletes from St. Petersburg universities: 54 girls and 24 boys. Ages 18 to 22. Methods: questionnaire of psychological separation by J. Hoffman "PSI (Psychological Separation Inventory) in adaptation by V.P. Dzukaeva, T.Yu. Sadovnikova; methodology "Motives for sports" A.V. Shaboltas, E.P. Ilyin; methodology for diagnosing the level of subjective control by J. Rother (adaptation by E.F. Bazhin, S. A. Golyunkina, A.M. Etkind). Statistical analysis: Student's t-test, Pearson correlation analysis. The results of the empirical analysis demonstrated that athletes are characterized by an average level of separation from their parents, a low level of all types of sports motives, and ambiguity of the locus of control. Secondary data processing: gender differences have been identified. Young men show great emotionality and desire to achieve success in sports and demonstrate a higher level of patriotism than girls. Girls are more likely to find a strong emotional connection with their mother, which has a positive effect on their sports motivation. Young men need the support of both parents, and the development of internality is important in the formation of sports motivation. Consequently, both girls and boys, moving away from their parents, lose their support and support, as a result of which they lose their sports motivation. Communication with parents and a high level of subjective control have a positive effect on the motivation of an athlete. Based on the data obtained, a program was developed aimed at developing effective relationships between athletes and their parents. It finds its application in the work of a sports psychologist, a coach in building relationships with the parents of athletes and the athletes themselves of youth age.

Keywords: psychological separation, motivation, boys, girls, athletes, parents, level of subjective control

For citation: Slotina T.V., Orlova A.V., Komarova A.V. Psychological Separation from Parents as a Factor of Sports Motivation in Adolescent Student Athletes [Psikhologicheskaya separatsiya ot roditel'ey kak faktor sportivnoy motivatsii u studentov-sportsmenov yunosheskogo vozrasta]. *Nauchno-pedagogicheskoye obozreniye – Pedagogical Review*, 2025, vol. 2 (60), pp. 150–161. <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2025-2-150-161>

На современном этапе развития наша страна особенно ориентирована на создание надежной спортивной базы, способствующей приобщению к здоровому образу жизни и достижению высоких спортивных результатов молодого поколения России. Стратегия развития физической культуры и спорта – 2030 определяет видение развития Российской Федерации как ведущей мировой спортивной державы. С учетом национальных целей, определенных Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года», сформированы приоритетные направления развития. Среди них: развитие системы подготовки спортивного резерва и спорта высших достижений; развитие научного обеспечения физической культуры, спорта и спортивной медицины [1].

На этапе до 2030 г. один из последующих периодов станет Годом детско-юношеского спорта. 2024-й являлся Годом семьи. Семья и спорт тесно взаимосвязаны между собой. Первый тренер юного спортсмена – родитель, который оказывает сильное влияние на эмоциональное состояние, спортивную мотивацию ребенка. Формирование и структурирование мотивов занятия спортом

базируются на принятии социально постулируемых, одобряемых окружением целей, в результате формируется личное отношение. По данным А.В. Шаболтас, это процесс профессионализации [2]. Именно родители становятся определяющим фактором занятий спортом, а также перехода ребенка в профессиональный спорт. Отсутствие принятия родителями отражается в стремлении спортсмена ориентироваться на самого себя и на конкуренцию, а не на задачу. Ориентация спортсмена на задачу взаимосвязана с уровнем сотрудничества с родителями [3].

Во многих исследованиях демонстрируется высокий процент выбора спортивной деятельности по инициативе родителей [4]. Так, в исследовании С.А. угли Эрматова доказано, что формирование характеристик самостоятельности при выборе спортивной деятельности ребенка зависит от родителей [5]. О.У. Rouquette с коллегами пришли к выводу о важности «концепции отзывчивости», в которой особое значение придается пониманию, принятию потребностей и целей между родителями и спортсменами. Еще одно направление сформулировано в работе В.С. Feeney, N.L. Collins «Процветание благодаря отношениям» [6]. В этой концепции подчеркивается ценность близких отношений, основанных на заботе, что, несомненно, оказывает влияние на здоровье и благополучие на всех этапах жизни [7].

Одним из вопросов спортивной психологии была и остается проблема мотивации. На начальном этапе занятиями спортом формирование мотивов детерминировано стремлением к достижению целей деятельности, которые ставятся родителями [2]. Поддержка и правильный настрой со стороны семьи – мощный фактор, позволяющий выдержать переломные и кризисные моменты в спортивной жизни ребенка, подростка, юноши. Высокая спортивная мотивация способствует выбору конструктивных и эффективных копингов в ситуации стресса, т. е. способствует социализации и развитию личности [8]. Очевидна связь социальной, психологической, педагогической поддержки и психолого-педагогического сопровождения спортивно одаренных детей педагогами, родителями [9]. Так, С. Menescardi, I. Estevan статистически подтверждена зависимость уровня развития двигательной активности и моторной компетентности детей от социальной поддержки родителей [10].

Спорт тесно связан с уровнем ответственности, а детско-родительские взаимоотношения играют большую роль в формировании локуса контроля личности. Этот процесс соединен с развитием автономности [11]. В подростковом возрасте происходит новый этап взаимоотношений в семье – дети начинают сепарироваться от родителей. На начальной стадии юношеского возраста эта активность снижается, что обусловлено социальной ситуацией развития. Студенческий возраст – это особый период, когда человек, достигший совершеннолетия, все еще зависит от родителей, нуждается в их поддержке. Сегодня многие студенты-спортсмены получают непрофильные специальности, такие как психологические, педагогические, медицинские. П.А. Байгужин с коллегами пишут о том, что современное состояние теории двойного карьерного пути показывает, что до настоящего времени в России, в странах Восточной Европы данный вопрос не рассматривался в рамках психолого-педагогических исследований [12]. Однако именно родители поддерживают и помогают своим детям-спортсменам сделать правильный выбор в получении образования и не бросить спортивную деятельность.

В целом сепарация от родителей может происходить как на внутреннем, так и на внешнем уровне. Как пишет В.П. Дзюкаева, маркерами завершения процесса психологического отделения является достижение эмоциональной автономии, при этом важно, чтобы сохранились близкие, доверительные детско-родительские взаимоотношения [13].

Внешний уровень характеризуется финансовой независимостью и непосредственным физическим отделением. Н.В. Дорофеева обнаружила – проживание в семье положительно сказывается на мотивационной сфере спортсменов [14]. Гармоничная психологическая сепарация от обоих родителей предполагает доверие и принятие в отношениях, необходимый уровень самостоятельности со стороны детей, наличие согласия в области мировоззрения, а также наличие эмоциональной поддержки. Во многих исследованиях выявлен гендерный характер психологической сепарации. Так, например, А.В. Литвинова пишет, что опережающий характер психологической сепарации свойственен юношам [15].

Таким образом, исследование психологической сепарации спортсменов – студентов юношеского возраста от родителей обнаруживает новый фактор спортивной мотивации. Особенности проте-

кания процесса сепарации являются показателем уровня зрелости личности спортсменов. Однако исследований, посвященных психологической сепарации спортсменов от родителей, в отечественной науке нами обнаружено не было. Осуществлены единичные попытки изучения влияния семейных факторов на развитие личности спортсменов. Поиск источников, проведенный в отечественной Научной электронной библиотеке (РИНЦ), привел к следующим результатам. Понятие «психологическая сепарация спортсменов от родителей» имеет нулевой результат, как и словосочетание «взаимоотношения спортсменов с родителями».

Целью данной статьи является продемонстрировать результаты исследования психологической сепарации от родителей как фактора спортивной мотивации у студентов – спортсменов юношеского возраста. Предмет исследования: психологическая сепарация от родителей, уровень субъективного контроля, мотивы занятия спортом студентов – спортсменов юношеского возраста. Гипотеза исследования: психологическая сепарация от родителей и уровень субъективного контроля у студентов – спортсменов юношеского возраста являются факторами формирования мотивации к эффективной спортивной деятельности (достижению высоких спортивных результатов) и имеют гендерные особенности.

Теоретико-методологическую основу исследования составили структурная модель сепарации от родителей в юношеском возрасте Дж. Хоффмана; теория семейных систем (М. Боуэн, В. Сатир, Э.Г. Эйдемиллер, А.Я. Варга, А.В. Черников); концепция доминирующих целей (личностных смыслов) занятий спортом А.В. Шаболтас; исследования Н.В. Дорофеевой о детерминанте семейных отношений социальной установки на спорт. Также вопросу взаимоотношений спортсменов с родителями в современной психологии посвящены исследования Н.В. Бухариной [16], Н.В. Дорофеевой [14], А.А. Дубовой, С.В. Шукшова, А.П. Воронович, В.И. Иванасова [17], Н.С. Шумовой [18], Э.З. Феодоровой [19], Г.Д. Бабушкина, Б.П. Яковлева [20].

Методики исследования: опросник психологической сепарации Дж. Хоффмана Psychological Separation Inventory (PSI) в адаптации В.П. Дзукаевой, Т.Ю. Садовниковой, методика «Мотивы занятий спортом» А.В. Шаболтас, Е.П. Ильин, методика диагностики уровня субъективного контроля Дж. Ротера (адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинды). Авторская анкета. Анализ данных проводился с использованием корреляционного анализа по Пирсону. Достоверность различий оценивалась с помощью *t*-критерия Стьюдента. Выборка: 78 студентов-спортсменов (54 девушки и 24 юноши) в возрасте от 18 до 22 лет из различных вузов г. Санкт-Петербурга, из них 22 действующих спортсмена и 56 спортсменов, закончивших свою карьеру. Научная новизна выражается в разработке теоретико-практической модели развития взаимоотношений между родителями и детьми – спортсменами юношеского возраста с целью формирования мотивации спортсменов к достижению высоких спортивных результатов. Практическая значимость заключается в том, что на основании полученных данных была разработана программа, направленная на развитие эффективности взаимоотношений юношей и родителей как фактора, способствующего повышению мотивации к эффективной спортивной деятельности (достижению высоких спортивных результатов).

Большую часть выборки составляют спортсмены со средним уровнем сепарации от родителей. Они характеризуются отсутствием негативных и/или амбивалентных чувств по отношению к родителям. Выявлено значительное число спортсменов с низким уровнем мотивации в спортивной деятельности. Большинство респондентов продемонстрировали амбивалентный локус контроля с тенденцией к интернальности. Выявлено, что у юношей выше показатель по шкале «Стиль сепарации от матери» ($p \leq 0,05$), что говорит об их меньшей привязанности к матери. Данные представлены в табл. 1.

Таблица 1

Значимые различия показателей по опроснику PSI у юношей и девушек

Шкала	Девушки		Юноши		Критерий Стьюдента	<i>p</i>
	Среднее	Стандартная ошибка	Среднее	Стандартная ошибка		
Стиль сепарации от матери	3,55	0,11	4,00	0,13	-2,36	0,05

Значимые различия обнаружены также по шкалам «Социально-эмоциональный мотив» ($p \leq 0,01$); «Мотив достижения успеха» ($p \leq 0,05$) и «Гражданско-патриотический мотив» ($p \leq 0,01$). Эти мотивы сильнее выражены у юношей. Данные отображены в табл. 2.

Таблица 2

Значимые различия показателей по методике «Мотивы занятий спортом» у юношей и девушек

Шкала	Девушки		Юноши		Критерий Стьюдента	p
	Среднее	Стандартная ошибка	Среднее	Стандартная ошибка		
Социально-эмоциональный мотив	7,56	0,86	13,75	1,27	-4,01	0,01
Мотив достижения успеха	10,67	0,75	14,63	1,46	-2,66	0,05
Гражданско-патриотический мотив	6,13	0,76	10,13	1,03	-3,01	0,01

Юноши характеризуются восприятием соревновательной обстановки как неформальной, чувствуют высокую эмоциональную раскованность, они демонстрируют больший азарт и готовность чаще идти на риск. Мотив достижения успеха также наиболее ярко выражен у юношей, что объясняет их стремление к достижению высоких спортивных результатов. Таким образом, молодые люди имеют более высокий спортивный мотивационный потенциал по сравнению с девушками.

Следующим этапом был проведен корреляционный анализ по Пирсону показателей всех методик в двух группах с целью выявления связей между исследуемыми конструктами. Корреляционная плеяда связей в группе девушек (рис. 1) отличается тем, что выделяются центральные компоненты плеяды, от которых, вероятно, зависят остальные исследуемые характеристики. В частности, это шкала «Стиль сепарации от матери», которая образовала две отрицательные связи со шкалами мотивации и три положительные связи со шкалами интернальности. В итоге тесная связь с матерью и общая интернальность положительно сказываются на формировании социальных спортивных мотивов (все связи локуса контроля с мотивами занятий спортом положительны).

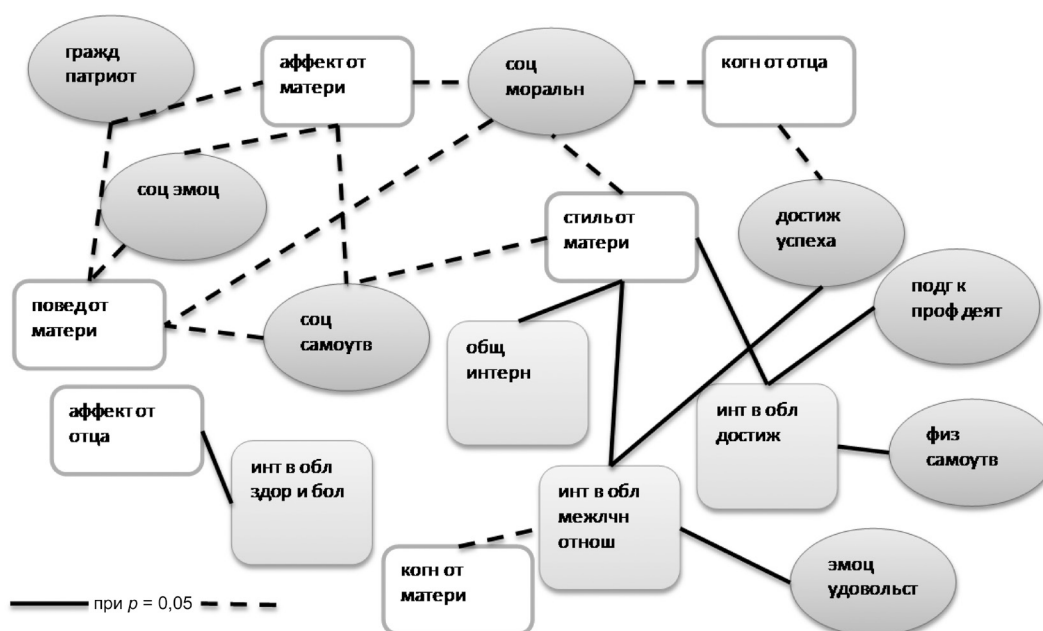


Рис. 1. Корреляционная плеяда связей шкал методик в группе девушек. Здесь и на рис. 2: стиль от матери – стиль сепарации от матери; стиль от отца – стиль сепарации от отца; аффект от матери – аффективный компонент сепарации от матери; аффект от отца – аффективный компонент сепарации от отца; когн от матери – когнитивный компонент сепарации от матери; когн от отца – когнитивный компонент сепарации от отца; повед от матери – поведенческий компонент сепарации от матери; повед от отца – поведенческий компонент сепарации от отца; эмоц удовольств – мотив эмоционального удовольствия; соц самоутв – мотив социального самоутверждения; физ самоутв – мотив физического самоутверждения; соц эмоц – социально-эмоциональный мотив; соц моральн – социально-моральный мотив; достиж успеха – мотив достижения успеха; подг к проф деят – мотив подготовки к профессиональной деятельности; гражд патриот – гражданско-патриотический мотив; общ интерн – шкала общей интернальности; инт в обл достиж – шкала интернальности в области достижений; инт в обл межлчн отнош – шкала интернальности в области межличностных отношений; инт в обл здоров и бол – шкала интернальности в отношении здоровья и болезни

Шкалы, демонстрирующие аффективный и поведенческий компоненты сепарации от матери, образовали по четыре одинаковые отрицательные связи со шкалами мотивации ($p \leq 0,05$), а именно с мотивом социального самоутверждения, социально-эмоциональным мотивом, социально-моральным и гражданско-патриотическим мотивом. Следовательно, отделение от матери (эмоциональная независимость, умение самостоятельно осуществлять значимые выборы) при общей неконфликтности субъектов сепарации отрицательно сказывается на социальной сфере в области спортивных мотивов. Чем сильнее девушки сепарируются от матери, тем меньше они стремятся проявлять свои способности и вносить свой вклад в развитие команды. Следовательно, матери поддерживают и радуются их достигнутым успехам в спорте, что для девушек является очень значимым.

Когнитивный компонент сепарации от матери обратно связан с интернальностью в области межличностных отношений ($r = -0,319$ при $p \leq 0,05$). Это показатель сильной зависимости девушек от матери в этом направлении.

Несмотря на то что большая часть связей образована со стилем сепарации от матери, обнаружены и три связи со стилями сепарации от отца. Аффективный компонент сепарации от отца обратно связан с интернальностью в области здоровья и болезни ($r = -0,349$ при $p \leq 0,05$). Возможно, именно отец является для них важным человеком в области заботы о своем здоровье. Когнитивный компонент сепарации от отца обратно связан с социально-моральным мотивом и с мотивом достижения успеха ($r = -0,353$ при $p \leq 0,05$ и $r = -0,350$ при $p \leq 0,05$). Это говорит о том, что чем больше девушки перестают разделять с отцом мировоззрение и взгляды на жизнь, тем меньше у них желание устанавливать взаимоотношения с товарищами по команде ради достижения общего успеха. Следовательно, отец также имеет большое влияние на социально-моральную сферу спортивных мотивов и на мотив достижения успеха. Стоит отметить, что все связи локуса контроля с мотивами занятием спорта положительны.

В группе юношей выделяется три центральных компонента (рис. 2). Это «Социально-эмоциональные мотивы занятия спортом», «Мотивы самоутверждения» и «Интернальность в области семейных отношений». Стили сепарации от родителей не только не образуют центральных связей, но и в целом представлены частично, при этом значимой является сепарация и от матери, и от отца.

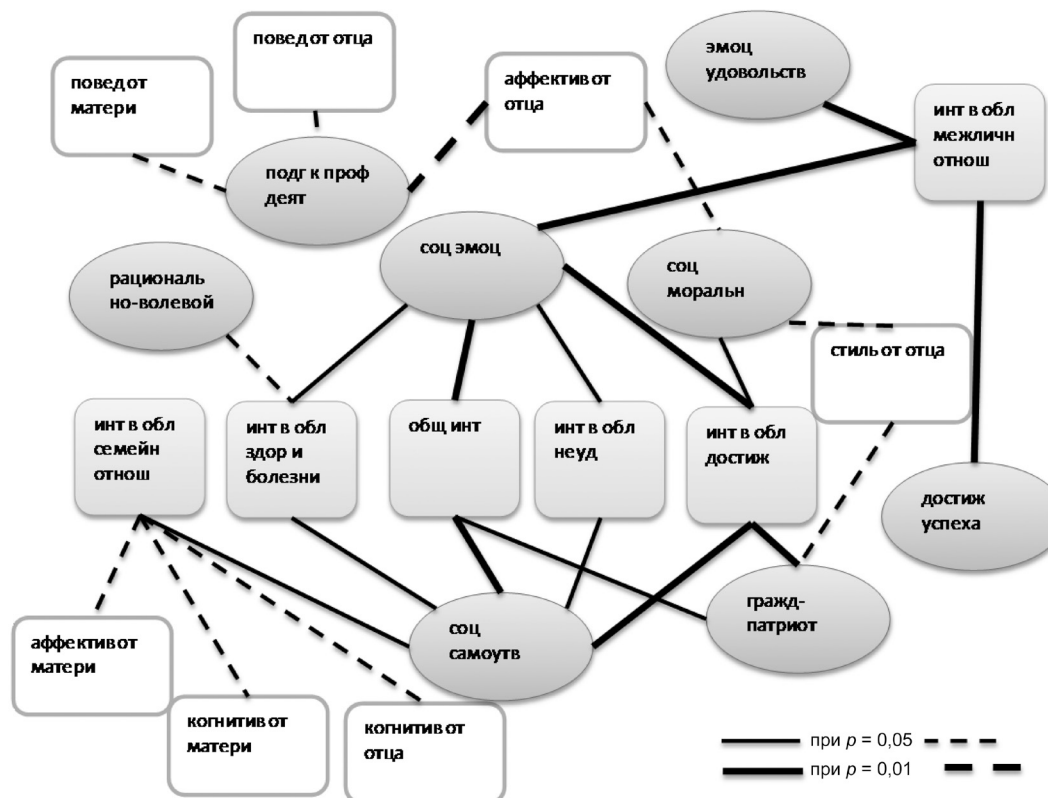


Рис. 2. Корреляционная плеяда связей шкал методик в группе юношей. Инт в обл неудач – шкала интернальности в области неудач

Социально-эмоциональный мотив связан с общей интернальностью, интернальностью в области достижений, неудач, межличностных отношений, здоровья и болезни ($r = 0,615$, при $p \leq 0,01$; $r = 0,678$ при $p \leq 0,01$; $r = 0,471$ при $p \leq 0,05$; $r = 0,614$ при $p \leq 0,01$ и $r = 0,412$ при $p \leq 0,05$). В результате, чем выше уровень интернальности, тем чаще юноши руководствуются в спорте мотивом социального самоутверждения. Возможно, это связано с тем, что если я полагаюсь только на себя, верю в себя, то окружающие должны это знать и тоже верить в меня.

Стиль сепарации от отца обратно связан с социально-моральным и гражданско-патриотическим мотивами ($p \leq 0,05$). Аффективный компонент сепарации от отца обратно связан с социально-моральным мотивом и мотивом подготовки к профессиональной деятельности ($p \leq 0,05$ и $p \leq 0,01$). Для юношей-спортсменов уже отношения с отцом служат важным источником поддержки и вдохновения.

Шкала «Рационально-волевой мотив» обратно связана с интернальностью в области здоровья и болезни ($r = -0,443$ при $p \leq 0,05$). Следовательно, экстернальность в области здоровья влечет за собой повышение желания заниматься спортом для компенсации дефицита двигательной активности. Таким образом, экстернальность выполняет позитивную функцию, однако данный вывод неоднозначен. Известно, что экстернальный локус контроля связан с повышенной тревожностью [21], возможно, именно это и приводит к развитию рационально-волевого мотива как стремление избежать пассивности в своей жизнедеятельности. Шкала «Гражданско-патриотический мотив» связана с общей интернальностью и интернальностью в области достижений ($r = 0,481$ при $p \leq 0,05$) и ($r = 0,587$ при $p \leq 0,01$). Юноши, защищающие честь своего коллектива и спортивного общества своей страны, берут на себя полную ответственность. Они способны с успехом идти к намеченной цели в будущем и достигать новых вершин, благодаря общему высокому уровню субъективного контроля.

Общий психологический портрет выборки характеризуется средним уровнем психологической сепарации от родителей, низким уровнем спортивной мотивации и средним уровнем интернальности личности.

Выявлено, что для девушек характерна большая привязанность к матери, а у юношей выше мотивация по факторам «Социально-эмоциональный мотив», «Мотив достижения успеха» и «Гражданско-патриотический мотив». В группе выявлены отрицательные связи компонентов сепарации от родителей и мотивами занятий спортом. Отделение от матери при общей неконфликтности субъектов сепарации отрицательно сказывается на социальной сфере в области спортивных мотивов. Таким образом, для создания высокой спортивной мотивации студентам необходима более тесная связь с родителями, их поддержка и разделение взглядов с ними. Девушкам важнее поддержка матери, деление ответственности, особенно в области межличностных отношений и в ситуации успеха, молодым людям важна связь с отцом. У юношей прослеживается тенденция к высокой мотивации при возрастании интернального локуса контроля. При этом для юношей так же, как и для девушек, необходимо делить ответственность с родителями в такой узкой, но чрезвычайно важной области, как семейные отношения. Однако только в группе девушек гармоничная связь с обоими родителями становится причиной эффективных межличностных отношений.

Актуальность исследования не вызывает сомнения в связи с неоспоримыми ценностями семьи и молодежного спорта в нашей стране. Поставленная в проекте цель достигнута, практическая его ценность представлена развивающей программой с опорой на полученные данные в эмпирическом разделе работы.

Программа ориентирована на развитие взаимоотношений родителей и детей – спортсменов юношеского возраста. В основе программы исследование отечественного психолога А.Д. Воронина, который доказал необходимость активизации родителей, повышения их родительских устремлений и ожиданий в отношении своих детей. Кроме того, участие родителей в программе, построенной А.Д. Ворониным, повлияло на ощущение собственной успешности спортсменов [22].

Методологическая основа данной программы: концепция педагогики общей заботы И.П. Иванова. Также использовано положение Т. Гордона о естественном родительстве. В рамках этой концепции выдвигаются идеи об истинных чувствах родителей и их детей; принятии и непринятии друг друга; принятии желаний, ценностей и потребностей; конструктивном разрешении конфликтов, возникающих в семье, команде; о развитии чувства семейной ответственности. Пред-

ставления В. Сатир о семейной системе. Семья рассматривается как эмоциональная общность, в которой необходимо прояснение правил взаимодействия.

Новизна программы.

1. Разработанная программа построена в соответствии с принципами коллективно-творческой деятельности. Это всеобщая забота (о спортивном коллективе и о своей семье как части этого коллектива и отдельной единице), преемственность поколений: старших и младших, творческая активность. Аналогов данной программы нет ни в отечественной, ни в зарубежной традиции в области спорта, где были бы объединены родители и дети (спортсмены), что предполагает преемственность поколений и всеобщую заботу о спортивном коллективе и каждой отдельно взятой семье.

2. В программе объединены правила и принципы коллективно-творческой деятельности и тренинговой работы. Тренинг привносит в программу принципы «Здесь и сейчас», добровольности, открытости, искренности, конфиденциальности, безопасности и границ группы. Тренинг дает возможность эффективно начать и закончить взаимодействие в процессе программы, чему способствуют использование управляемого знакомства, осознание и принятия всех участников группы, упражнения на снятие напряжения и позитивное завершение каждой встречи и всей работы. Вместе с тем разработанная программа носит просветительский, психолого-педагогический и спортивный формат.

Объект программы. Спортсмены юношеского возраста от 15 до 20 лет, их родители. Общее количество 18–30 человек. Требования к пространству. Свободное помещение с ковровым покрытием, состоящее из двух-трех комнат, возможно, спортивный зал. Наличие удобных передвижных стульев, спортивный инвентарь (мячи, обручи, луки, стрелы и т. д.), компьютер, проектор; желательна возможность выхода на открытый воздух. Цель – развитие эффективности взаимоотношений студентов-спортсменов и их родителей.

Ожидаемые результаты. По завершении программы родители, дети лучше поймут потребности, ценности, возможности и желания друг друга, узнают об истории спорта в нашей стране; произойдет сплочение коллектива. Можно предположить, что проведение программы, направленной на улучшение взаимодействия родителей и детей-спортсменов, развитие принятия и понимания взрослыми своих детей уже само по себе будет иметь эффект хоторнского эксперимента («О нас заботятся, беспокоятся, о нас думают, и это важно»).

Программа включает в себя три блока: когнитивный, эмоционально-регулятивный, поведенческий. Основные методы: мини-лекции, дискуссии, тренинговые упражнения, элементы психодрамы и арт-терапии, игры, коллективно-творческое дело, визуализации, психологические разминки.

Программа рассчитана на 40 академических часов. Ее специфика предполагает разбиение взаимодействия на несколько дней по 2–3 часа в день. При этом включает в себя один день с полным погружением в коллективную творческую деятельность. Возможен выездной формат мероприятия.

Программа может найти применение в работе спортивного психолога, тренера при выстраивании взаимоотношений с родителями спортсменов и самими спортсменами юношеского возраста.

Список источников

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года. URL: https://storage.minsport.gov.ru/cms-uploads/cms/Strategiya_ced7bf6f15.pdf (дата обращения: 01.05.2024).
2. Шаболтас А.В. Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте: автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1998. 21 с.
3. Дорофеева Н.В. Взаимоотношения в семье как фактор социальной установки на спорт у спортсменов олимпийского резерва: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2022. 25 с.
4. Цзинь Ц. Особенности, интересы и движущие мотивы принятия решений о начале занятий баскетболом в семье юного спортсмена // Мир спорта. 2022. № 3 (88). С. 52–55.
5. Эрматов угли С.А. Влияние семейных отношений в системе тренер – родитель – спортсмен // Scientific Journal Impact Factor (SJIF). 2021. 5.723 Directory Indexing of International Research Journals-CiteFactor 2020-21: 0.89. doi: 10.24412/2181-1385-2021-10-442-448

6. Feeney B.C., Collins N.L. A new look at social support: a theoretical perspective on thriving through relationships // *Pers Soc Psychol Rev.* 2015 May. Vol. 19, № 2. P. 113–147. doi: 10.1177/1088868314544222
7. Rouquette O.Y., Knight C.J., Lovett V.E., Heuzé J.-P. Parent-athlete relationships: A central but underexamined consideration within sport psychology // *Sport & Exercise Psychology Review.* 2020. Vol. 16, № 2. P. 5–23. doi: 10.53841/bpssepr.2020.16.2.5
8. Панкратова И.А. Влияние копинг-стратегий на мотивацию у спортсменов-профессионалов // *Мир науки. Педагогика и психология.* 2021. Т. 9, № 4.
9. Мазниченко М.А., Садилова О.П., Мушкин В.Г., Мушкина И.А. Представления тренеров по дзюдо о диагностике, развитии и поддержке спортивной одаренности в раннем возрасте // *Science for Education Today.* 2022. Т. 12, № 2. С. 7–32. doi: 10.15293/2658-6762.2202.01
10. Menescardi C., Estevan I. Parental and Peer Support Matters: A Broad Umbrella of the Role of Perceived Social Support in the Association between Children's Perceived Motor Competence and Physical Activity // *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2021. Vol. 18 (12). P. 6646. doi: 10.3390/ijerph18126646
11. Антошкина Е.А. Лocus контроля и его влияние на трудовую деятельность // *Новое в психолого-педагогических исследованиях.* 2021. № 1 (61). С. 39–46.
12. Байгужин П.А., Шибкова Д.З., Рыба Т.В. Двойной карьерный путь обучающихся-спортсменов как психолого-педагогический феномен // *Science for Education Today.* 2022. Т. 12, № 3. С. 48–67. doi: 10.15293/2658-6762.2203.03
13. Дзукаева В.П. Культурно-специфические и семейные факторы сепарации от родительской семьи в юношеском возрасте: дис. ... канд. психол. наук. М., 2016. 278 с.
14. Дорофеева Н.В. Взаимоотношения в семье как фактор социальной установки на спорт у спортсменов олимпийского резерва: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2022. 25 с.
15. Литвинова А.В. Психологическая сепарация от родителей как условие развития целеполагания студентов // *Психолого-педагогические исследования.* 2020. Т. 12, № 1. С. 59–71. doi: 10.17759/psyedu.2020120105
16. Бухарина Н.В. Особенности взаимодействия тренеров и родителей юных спортсменов // *Психология спорта: успешные старты в науке и профессии: материалы Третьей Всерос. конф. с междунар. участием / под ред. К.А. Бочавера, Л.М. Довжик. М.: Моск. ин-т психоанализа, 2022. С. 30–39.*
17. Дуброва А.А. Особенности взаимосвязи родительского отношения к занятиям спортом и показателей мотивации и перфекционизма юных спортсменов // *Физическая культура, спорт – наука и практика.* 2021. № 4. С. 106–110. doi: 10.53742/1999-6799/4_2021_106
18. Шумова Н.С. Проблема психологической надежности деятельности спортсменов // *Психология спорта: наука и практика / Московский институт психоанализа. М.: Моск. ин-т психоанализа, 2021. С. 166–180.*
19. Феодорова Э.З. Возможности оценки восприятия спортсменами-подростками родительского отношения: адаптация методики «Восприятие родителей» // *Материалы научной и научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Краснодар: Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, 2013. С. 263–264.*
20. Бабушкин Г.Д. Психологические факторы, определяющие результативность соревновательной деятельности в спорте. Саратов: Вузовское образование, 2022. 148 с.
21. Кожин В.В. Методологические исследования профессионального и любительского спорта в современном российском обществе // *Гуманитарий Юга России.* 2019. Т. 8, № 2. С. 206–213.
22. Воронин А.Д. Взаимодействие в системе тренер – ребенок – родители как средство улучшения показателей оценочно-результативного компонента успешности спортивной подготовки ребенка // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* 2021. № 10 (200). С. 76–82. doi: 10.34835/issn.2308-1961.2021.10.p76-83

References

1. *Strategiya razvitiya fizicheskoy kul'tury i sporta v Rossiyskoy Federatsii na period do 2030 goda* [Strategy for the development of physical culture and sports in the Russian Federation for the period up to 2030] (in Russian). URL: https://storage.minsport.gov.ru/cms-uploads/cms/Strategiya_ced7bf6f15.pdf (accessed 1 May 2024).

2. Shaboltas A.V. *Motivy zanyatiya sportom vysshikh dostizheniy v yunosheskom vozraste. Avtoref. dis. kand. psikholog. nauk* [Motives for playing high-performance sports in adolescence. Abstract of thesis cand. psy. sci.]. Saint Petersburg, 1998. 21 p. (in Russian).
3. Dorofeeva N.V. *Vzaimootnosheniya v sem'ye kak faktor sotsial'noy ustanovki na sport u sportsmenov olimpiyskogo rezerva. Avtoref. dis. kand. psikholog. nauk* [Family relationships as a factor of social attitude to sports among Olympic reserve athletes. Abstract of thesis cand. psi. sci.]. Moscow, 2022. 25 p. (in Russian).
4. Czzin' Cz. Osobennosti, interesy i dvizhushchiye motivy prinyatiya resheniy o nachale zanyatiy basketbolom v sem'ye yunogo sportsmen [Features, interests and driving motives of decision-making about the beginning of basketball lessons in the family of a young athlete]. *Mir sporta*, 2022, no. 3 (88), pp. 52–55 (in Russian).
5. Ermatov ugli S.A. Vliyaniye semeynykh otnosheniy v sisteme trener – roditel' – sportsmen [The influence of family relationships in the coach – parent – athlete system]. *Scientific Journal Impact Factor (SJIF)*. 2021: 5.723 Directory Indexing of International Research Journals-CiteFactor 2020-21: 0.89 (in Russian). DOI: 10.24412/2181-1385-2021-10-442-448
6. Feeney B.C., Collins N.L. A new look at social support: a theoretical perspective on thriving through relationships. *Pers Soc Psychol Rev*, 2015, no. 19 (2), pp. 113–147. doi: 10.1177/1088868314544222
7. Rouquette O.Y., Knight C.J., Lovett V.E., Heuzé J.-P. Parent-athlete relationships. A central but underexamined consideration within sport psychology. *Sport & Exercise Psychology Review*, no. 16 (2), pp. 5–23. DOI: 10.53841/bpssepr.2020.16.2.5
8. Pankratova I. A. Vliyaniye koping-strategiy na motivatsiyu u sportsmenov-professionalov [The impact of coping strategies on motivation among professional athletes]. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya – World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2021, vol. 9, no. 4 (in Russian).
9. Predstavleniya trenerov po dzyudo o diagnostike, razvitiy i podderzhke sportivnoy odarennosti v rannem vozraste [Judo coaches' ideas about the diagnosis, development and support of athletic giftedness at an early age]. *Science for Education Today*, 2022, vol. 12, no. 2, pp. 7–32. DOI 10.15293/2658-6762.2202.01
10. Menescardi C., Estevan I. Parental and Peer Support Matters: A Broad Umbrella of the Role of Perceived Social Support in the Association between Children's Perceived Motor Competence and Physical Activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2021, vol. 18 (12), pp. 6646. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph18126646>
11. Antoshkina E.A. Lokus kontrolya i ego vliyaniye na trudovuyu deyatel'nost' [The locus of control and its impact on work activity]. *Novoye v psikhologo-pedagogicheskikh issledovaniyakh – Innovation in Psychological and Pedagogical Studies*, 2021, no. 1 (61), pp. 39–46 (in Russian).
12. Bayguzhin P.A., Shibkova D.Z., Ryba T.V. Dvoynoy kar'yernyy put' obuchayushchikhsya-sportsmenov kak psikhologo-pedagogicheskiy fenomen [The dual career path of student-athletes as a psychological and pedagogical phenomenon]. *Science for Education Today*, 2022, vol. 12, no. 3, pp. 48–67 (in Russian). DOI 10.15293/2658-6762.2203.03
13. Dzukaeva V.P. *Kul'turno-spetsificheskiye i semeynye faktory separatsii ot roditel'skoy sem'i v yunosheskom vozraste. Dis. kand. psikholog. nauk* [Cultural-specific and family factors of separation from the parental family in adolescence. Diss. cand. psy. sci.]. Moscow, 2016. 278 p. (in Russian).
14. Dorofeeva N.V. *Vzaimootnosheniya v sem'ye kak faktor sotsial'noy ustanovki na sport u sportsmenov olimpiyskogo rezerva. Avtoref. dis. kand. psikholog. nauk* [Family relationships as a factor of social attitude to sports among athletes of the Olympic reserve. Abstract of thesis cand. psy. sci.]. Moscow, 2022. 25 p. (in Russian).
15. Litvinova A.V. Psikhologicheskaya separatsiya ot roditel'ey kak usloviye razvitiya tselepolaganiya studentov [Psychological separation from parents as a condition for the development of students' goal-setting]. *Psikhologo-pedagogicheskiye issledovaniya*, 2020, vol. 12, no. 1, pp. 59–71 (in Russian). DOI 10.17759/psyedu.2020120105
16. Bukharina N.V. Osobennosti vzaimodeystviya trenerov i roditel'ey yunikh sportsmenov [Peculiarities of interaction between coaches and parents of young athletes]. *Psikhologiya sporta: uspeshnyye starty v nauke i professii: Materialy Tret'yey vserossiyskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiyem* [Psychology of sport: successful starts in science and profession: materials of the Third All-Russian Conference with international participation]. Eds K.A. Bochaver, L.M. Dovzhik. Moscow, Moscow Institute of Psychoanalyses Publ., 2022. Pp. 30–39 (in Russian).

17. Dubrova A.A. Osobennosti vzaimosvyazi roditel'skogo otnosheniya k zanyatiyam sportom i pokazateley motivatsii i perfektsionizma yunyx sportsmenov [Features of the relationship between parental attitudes to sports and indicators of motivation and perfectionism of young athletes]. *Fizicheskaya kul'tura, sport – nauka i praktika – Physical Education, Sports – Science and Practice*, 2021, no. 4, pp. 106–110 (in Russian). DOI 10.53742/1999-6799/4_2021_106
18. Shumova N.S. Problema psikhologicheskoy nadezhnosti deyatelnosti sportsmenov [The problem of psychological reliability of athletes' activities]. *Psikhologiya sporta: nauka i praktika* [Sports Psychology: Science and Practice]. Moscow, Moscow Institute of Psychoanalyses Publ., 2021. Pp. 166–180 (in Russian).
19. Feodorova E.Z. Vozmozhnosti otsenki vospriyatiya sportsmenami-podrostkami roditel'skogo otnosheniya: adaptatsiya metodiki "Vospriyatiye roditel'ey" [The possibilities of assessing the perception of parental attitude by teenage athletes: adaptation of the "Perception of Parents" methodology]. *Materialy nauchnoy i nauchno-metodicheskoy konferentsii professorsko-prepodavatel'skogo sostava Kubanskogo gosudarstvennogo universiteta fizicheskoy kul'tury, sporta i turizma* [Proceedings of the scientific and scientific-methodical conference of the teaching staff of the Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism]. Krasnodar, Kubanskiy gosudarstvennyy universitet fizicheskoy kul'tury, sporta i turizma Publ., 2013. Pp. 263–264 (in Russian).
20. Babushkin G.D. *Psikhologicheskiye faktory, opredelyayushchiye rezul'tativnost' sorevnovatel'noy deyatelnosti v sporte* [Psychological factors determining the effectiveness of competitive activity in sports]. Saratov, Vuzovskoe obrazovaniye Publ., 2022. 48 p. (in Russian).
21. Kozhin V.V. Metodologicheskiye issledovaniya professional'nogo i lyubitel'skogo sporta v sovremennom rossiyskom obshchestve [Methodological studies of professional and amateur sports in modern Russian society]. *Gumanitarniy Yuga Rossii*, 2019, vol. 8, no. 2, pp. 206–213 (in Russian).
22. Voronin A.D. Vzaimodeystviye v sisteme trener – rebenok – roditeli kak sredstvo uluchsheniya pokazateley otsenочно-rezul'tativnogo komponenta uspekhov sportivnoy podgotovki rebenka [Interaction in the coach-child-parent system as a means of improving the indicators of the evaluative and effective component of the success of a child's sports training]. *Uchyonyye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, 2021, no. 10 (200), pp. 76–82 (in Russian). DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2021.10.p76-83

Информация об авторах

Слотина Т.В., кандидат психологических наук, доцент, Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I (пр. Московский, 9, Санкт-Петербург, Россия).

E-mail: vladislava-97@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7304-7446>

SPIN-код: 2089-6339

Web of Science Researcher ID: GWZ-2835-2022

Scopus ID: 57336731700

Орлова А.В., бакалавр, Петербургский государственный университет путей сообщения Императора Александра I (пр. Московский, 9, Санкт-Петербург, Россия).

E-mail: orlova2002a@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-8174-6980>

SPIN-код: 2826-8210

Комарова А.В., кандидат психологических наук, доцент, Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого (ул. Политехническая, 29, Санкт-Петербург, Россия).

E-mail: alex_komarova@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6104-0194>

SPIN-код: 4656-8652

eLibrary author ID245745

Scopus ID: 57226658543

Researcher ID: ABF-3288-2021

Scholar ID c606bmgAAAAJ

Information about the authors

Slotina T.V., Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, St. Petersburg State University of Railways of Emperor Alexander I (pr. Moskovskiy, 9, Saint Petersburg, Russian Federation).

E-mail: vladislava-97@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7304-7446>

SPIN-code: 2089-6339

Web of Science Researcher ID: GWZ-2835-2022

Scopus ID: 57336731700

Orlova A.V., student, St. Petersburg State University of Railways of Emperor Alexander 1 (pr. Moskovskiy, 9, Saint Petersburg, Russian Federation).

E-mail: orlova2002a@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-8174-6980>

SPIN-code: 2826-8210

Komarova A.V., Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University (ul. Politekhnicheskaya, 29, Saint Petersburg, Russian Federation).

E-mail: alex_komarova@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6104-0194>

SPIN-code: 4656-8652

eLibrary author ID: 245745

Scopus ID: 57226658543

Researcher ID ABF-3288-2021

Scholar ID c606bmgAAAAJ

Статья поступила в редакцию 12.07.2024; принята к публикации 03.03.2025

The article was submitted 12.07.2024; accepted for publication 03.03.2025