

**СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПОЛИТИЧЕСКАЯ И ЭКОНОМИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ/SOCIAL PSYCHOLOGY, POLITICAL AND ECONOMIC PSYCHOLOGY**

**DOI:** <https://doi.org/10.60797/IRJ.2026.163.10>

**САМООЦЕНКА И САМОЭФФЕКТИВНОСТЬ У МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ С РАЗНЫМ УРОВНЕМ КОНФЛИКТНОСТИ**

Научная статья

**Ховалыг Ч.О.<sup>1</sup>, Тимохин В.В.<sup>2,\*</sup>**

<sup>1</sup> Независимый исследователь, Москва, Российская Федерация

<sup>2</sup> Российский государственный университет им. А.Н. Косыгина, Москва, Российская Федерация

\* Корреспондирующий автор (bbt74[at]bk.ru)

**Аннотация**

В статье исследованы различия в самооценке и самоэффективности у молодых людей с разным уровнем конфликтности. В связи с тем, что современная молодежь сталкивается с многочисленными вызовами, особую важность приобретают психологические характеристики, влияющие на способность преодолевать трудности и достигать целей. В статье выявлены статистически значимые различия в самооценке и самоэффективности у молодых людей с разным уровнем конфликтности. Определены характерные особенности самооценки и самоэффективности у молодых людей с разным уровнем конфликтности. Результаты исследования могут быть использованы в программах профилактики конфликтного поведения, тренингах личностного роста и в психологическом консультировании молодых людей.

**Ключевые слова:** самооценка, самоэффективность, конфликтность, молодые люди.

**SELF-ESTEEM AND SELF-EFFICACY IN YOUNG PEOPLE WITH DIFFERENT LEVELS OF CONFLICT**

Research article

**Khovalig C.O.<sup>1</sup>, Timokhin V.V.<sup>2,\*</sup>**

<sup>1</sup> Independent researcher, Moscow, Russian Federation

<sup>2</sup> Kosygin Russian State University, Moscow, Russian Federation

\* Corresponding author (bbt74[at]bk.ru)

**Abstract**

The article examines differences in self-esteem and self-efficacy among young people with varying levels of conflict. Due to the fact that modern youth face numerous challenges, psychological characteristics that influence the ability to overcome difficulties and achieve goals are of particular importance. The paper identifies statistically significant differences in self-esteem and self-efficacy among youth with varying levels of conflict. It defines the characteristic traits of self-esteem and self-efficacy among youth with varying levels of conflict. The results of the study can be used in programmes for the prevention of conflict behaviour, personal growth training, and psychological counselling for young people.

**Keywords:** self-esteem, self-efficacy, conflict, young people.

**Введение**

В условиях высокой социальной динамики и психологической нестабильности, характерной для современной молодежи, возрастают требования к личностным ресурсам самооценки и самоэффективности. Именно в период 18–25 лет формируется устойчивое представление о себе, намечаются жизненные ориентиры и строятся отношения с обществом [10]. Ряд исследований подчеркивает, что самооценка и самоэффективность являются ключевыми факторами психологической адаптации, определяя как внутреннее состояние личности, так и поведенческие стратегии [2].

Формирование личности происходит в единстве сознания и деятельности, что особенно важно в контексте развития самооценки [9]. В исследованиях коллективной деятельности подчеркивается важность социального взаимодействия для становления личности [8].

Одним из значимых факторов, влияющих на формирование этих характеристик, является уровень конфликтности. Конфликтность может проявляться через устойчивую предрасположенность к эмоционально напряженным межличностным взаимодействиям, которые могут препятствовать конструктивной самореализации, агрессивность или, наоборот, чрезмерная ранимость [1]. Такие личностные особенности могут негативно сказываться на уровне самооценки и снижать субъективное ощущение контроля над собственной жизнью, то есть самоэффективность [3], [4].

Целью исследования является изучение самооценки и самоэффективности у молодых людей с разным уровнем конфликтности.

Актуальность темы обусловлена необходимостью более глубокого понимания внутренних факторов, влияющих на развитие личности. Исследование может помочь в профилактике дезадаптивного поведения, снижении уровня внутреннего напряжения и повышении качества жизни молодежи.

## **Методы и принципы исследования**

В исследовании приняли участие 70 респондентов (56 женщин и 14 мужчин) в возрасте 18–25 лет. Следует отметить, что выборка характеризуется гендерным дисбалансом (преобладание лиц женского пола), что может в определённой степени ограничивать возможность обобщения полученных результатов.

Для диагностики использовались следующие методики:

1. «Шкала самооценки Дембо-Рубинштейн» в модификации А.М. Прихожан для анализа реальной и идеальной самооценки [5], [7].

2. Методика Дж. Маддукса и М. Шеера для изучения предметной и социальной самоэффективности [2].

3. Авторская анкета общей самоэффективности.

4. Тест В. И. Андреева для определения уровня конфликтности [1].

На основе теста Андреева выборка была разделена на две группы: группа с низким уровнем конфликтности (50%) и группа с высоким уровнем конфликтности (50%).

Методы теоретического анализа: анализ и синтез.

Методы обработки данных: exel, statistic, t-критерий Стьюдента.

## **Основные результаты**

По результатам методики на самооценку Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан и статистического анализа были выявлены значимые различия по всем ключевым шкалам. Реальная самооценка у неконфликтных респондентов составила в среднем 67,1 балл, у группы с высоким уровнем конфликтности 53,8 баллов, уровень значимости ( $p = 0,001$ ). Это отражает более позитивное отношение к себе и более высокие представления о собственных возможностях у первой группы.

Противоположная тенденция наблюдалась по шкале идеальной самооценки: респонденты с высокой конфликтностью продемонстрировали завышенные идеальные притязания, в среднем 83,3 балла по сравнению с низкоконфликтными 78,3 балла. Разрыв самооценки между реальной и идеальной у высоконконфликтных молодых людей оказался почти втрое выше, в среднем 29,5 баллов против 11,2 баллов, уровень значимости ( $p = 0,001$ ), что указывает на выраженное внутреннее противоречие.

Для изучения общей самоэффективности была использована авторская анкета «Самоэффективность личности». Анкета носит исследовательский характер и была разработана на основе теоретических положений концепции самоэффективности А. Бандуры. На данном этапе она использовалась как дополнительный диагностический инструмент; более подробная проверка её психометрических характеристик планируется в рамках последующих исследований.

Проверка распределения данных показала его близость к нормальному ( $p = 0,08949$ ). Средний балл по анкете в группе с низкой конфликтностью составил 8,68 баллов, тогда как в группе с высокой конфликтностью 6,17 баллов. Общая самоэффективность также оказалась статистически значимо ниже в группе с высокой конфликтностью ( $p = 0,001$ ).

Анализ самоэффективности по методике Дж. Шерера и М. Мэддокса показал значимые различия: в самоэффективности предметной низкоконфликтная группа получила в среднем 40,8 баллов, тогда как высококонфликтная — 31,4 балла, ( $p = 0,001$ ). Социальная самоэффективность у конфликтных респондентов также оказалась значимо ниже ( $p = 0,001$ ). Группа с низким уровнем конфликтности 7,34 балла, группа с высоким уровнем конфликтности всего 2,65 баллов, что указывает на значительные трудности в установлении контактов и переживании собственной компетентности в социальных ситуациях среди респондентов с высокой конфликтностью.

## **Обсуждение**

Проведенное исследование выявило системные различия в психологическом профиле молодых людей с разным уровнем конфликтности.

У молодых людей с высокой конфликтностью наблюдается специфическая структура самооценки, характеризующаяся выраженным внутренним конфликтом. С одной стороны, они демонстрируют заниженное восприятие своих текущих качеств и возможностей, что проявляется в неуверенности, склонности к самокритике и избегании ответственности. С другой стороны, для них характерны завышенные идеальные стандарты, которые создают недостижимый ориентир для саморазвития. Этот разрыв между реальным и идеальным «Я» порождает хроническое эмоциональное напряжение, чувство неполноты и неудовлетворенности, что может находить разрядку в конфликтных формах поведения. У молодых людей с низкой конфликтностью наблюдается сбалансированная структура самооценки, где реальные и идеальные представления о себе находятся в гармонии. Для них характерна адекватная уверенность в своих силах, устойчивое самовосприятие и конструктивное отношение к критике.

Исследование самоэффективности выявило сниженную общую самоэффективность в группе с высоким уровнем конфликтности, что отражает недостаточное чувство контроля над собственной жизнью, которое проявляется в тревожности, эмоциональной нестабильности и трудности адаптации к изменениям. Низкая предметная самоэффективность указывает на дефицит веры в способность достигать целей и решать повседневные задачи, что ведет к пассивности, избеганию сложных ситуаций и склонности приписывать успехи внешним обстоятельствам. Особенно выраженные нарушения наблюдаются в социальной самоэффективности, проявляющиеся в неуверенности в межличностных взаимодействиях, страхе отвержения и использовании защитных стратегий общения.

Группа с низким уровнем конфликтности в сфере самоэффективности демонстрируют высокую веру в свою способность управлять жизненными обстоятельствами, эффективно решать практические задачи и выстраивать продуктивные социальные отношения.

Полученные результаты свидетельствуют о наличии статистически значимых различий в показателях самооценки и самоэффективности у молодых людей с разным уровнем конфликтности.

Повышенная конфликтность может быть связана как с недостаточной уверенностью в себе и сниженной саморегуляцией, так и с внутренним напряжением, возникающим вследствие несоответствия между реальным и желаемым образом «Я». Данные особенности могут усиливать субъективное ощущение неконтролируемости происходящего и способствовать закреплению неадаптивных поведенческих стратегий.

### **Заключение**

Проведенное исследование достигло своей цели, выявив и проанализировав особенности самооценки и самоэффективности у молодых людей с разным уровнем конфликтности. Полученные результаты подтверждают наличие статистически значимых различий в психологических характеристиках между группами с высокой и низкой конфликтностью.

Установлено, что молодые люди с высокой конфликтностью характеризуются дисгармоничной структурой самооценки, заниженным самовосприятием с завышенными идеальными стандартами, а также сниженным уровнем самоэффективности во всех исследуемых сферах. В противоположность этому, респонденты с низкой конфликтностью демонстрируют сбалансированную самооценку и развитую самоэффективность, что обеспечивает им более успешную социальную адаптацию.

Выявленные результаты подчеркивают необходимость дифференцированного подхода в психолого-педагогической работе с молодежью. Для высококонфликтных молодых людей приоритетными являются программы, направленные на гармонизацию самооценки, развитие уверенности в своих силах и развитие навыков конструктивного взаимодействия, для низкоконфликтных — программы, ориентированные на дальнейшее укрепление личностных ресурсов.

### **Конфликт интересов**

Не указан.

### **Рецензия**

Все статьи проходят рецензирование. Но рецензент или автор статьи предпочли не публиковать рецензию к этой статье в открытом доступе. Рецензия может быть предоставлена компетентным органам по запросу.

### **Conflict of Interest**

None declared.

### **Review**

All articles are peer-reviewed. But the reviewer or the author of the article chose not to publish a review of this article in the public domain. The review can be provided to the competent authorities upon request.

### **Список литературы / References**

1. Андреева В.И. Психология конфликтов / В.И. Андреева. — Казань: Центр инновационных технологий, 2001. — 210 с.
2. Bandura A. Self-efficacy: the exercise of control / A. Bandura. — New York: W.H. Freeman, 1997. — 240 p.
3. Водопьянова Н.Е. Психология личности / Н.Е. Водопьянова. — Санкт-Петербург: Речь, 2009. — 384 с.
4. Гришина Н.В. Психология конфликта / Н.В. Гришина. — Санкт-Петербург: Питер, 2008. — 432 с.
5. Дембо Т.Н. О методе исследования самооценки личности / Т.Н. Дембо, С.Л. Рубинштейн // Вопросы психологии. — 1956. — № 2. — С. 123–130.
6. Ильин Е.П. Психология индивидуальных различий / Е.П. Ильин. — Санкт-Петербург: Питер, 2011. — 304 с.
7. Прихожан А.М. Самооценка личности: теория и практика / А.М. Прихожан. — Москва: Педагогика, 2007. — 172 с.
8. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив / А.В. Петровский. — Москва: Педагогика, 1995. — 305 с.
9. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. — Санкт-Петербург: Питер, 2003. — 714 с.
10. Эльконин Д.Б. Психология развития / Д.Б. Эльконин. — Москва: Аспект Пресс, 2001. — 352 с.

### **Список литературы на английском языке / References in English**

1. Andreeva V.I. Psikhologiya konfliktov [Psychology of conflicts] / V.I. Andreeva. — Kazan: Center for Innovative Technologies, 2001. — 210 p. [in Russian]
2. Bandura A. Self-efficacy: the exercise of control / A. Bandura. — New York: W.H. Freeman, 1997. — 240 p.
3. Vodop'yanova N.E. Psixologiya lichnosti [Personality psychology] / N.E. Vodop'yanova. — Saint Petersburg: Rech', 2009. — 384 p. [in Russian]
4. Grishina N.V. Psixologiya konflikta [Psychology of conflicts] / N.V. Grishina. — Saint Petersburg: Piter, 2008. — 432 p. [in Russian]
5. Dembo T.N. O metode issledovaniya samoocenki lichnosti [On the method of studying self-esteem] / T.N. Dembo, S.L. Rubinshtejn // Issues of Psychology. — 1956. — № 2. — P. 123–130. [in Russian]
6. Il'in E.P. Psixologiya individual'nyx razlichij [Psychology of individual differences] / E.P. Il'in. — Saint Petersburg: Piter, 2011. — 304 p. [in Russian]
7. Prirozhann A.M. Samoocenka lichnosti: teoriya i praktika [Self-esteem: theory and practice] / A.M. Prirozhann. — Moscow: Pedagogika, 2007. — 172 p. [in Russian]
8. Petrovskij A.V. Lichnost'. Deyatel'nost'. Kollektiv [Personality. Activity. Team] / A.V. Petrovskij. — Moscow: Pedagogika, 1995. — 305 p. [in Russian]
9. Rubinshtejn S.L. Osnovy' obshhej psixologii [Fundamentals of General Psychology] / S.L. Rubinshtejn. — Saint Petersburg: Piter, 2003. — 714 p. [in Russian]

10. E'l'konin D.B. Psixologiya razvitiya [Developmental Psychology] / D.B. E'l'konin. — Moscow: Aspekt Press, 2001. — 352 p. [in Russian]