



Оригинальное исследование

УДК 378.18

10.18413/2313-8971-2025-11-4-0-4

Зуев А.Л.

## Критерии и механизмы формирования конструктивной зоны референций личности в условиях спортивного студенческого клуба

Воронежский государственный педагогический университет  
ул. Ленина, д. 86, г. Воронеж, 394043, Россия  
Xex10@mail.ru

*Статья поступила 13 июля 2025; принята 17 декабря 2025;  
опубликована 30 декабря 2025*

**Аннотация.** *Введение.* Современная молодёжь находится на перепутье социального развития. Участие в студенческих организациях, особенно связанных с физической культурой и спортом, становится важным этапом и движущей силой становления личности. Существенное значение в этом процессе имеет формирование конструктивной зоны референций – системы социальных ориентиров, в отношении которой человек осознаёт свои действия, принимает решения и выстраивает взаимодействие с другими людьми. *Цель работы* – изучение критериев и механизмов формирования конструктивной зоны референций в условиях спортивного студенческого клуба (ССК «Метод Макаренко» Воронежского государственного педагогического университета). *Материалы и методы исследования.* На основе теоретического анализа, синтеза, обобщения научных данных относительно зоны референций и формирования личности в условиях спортивного клуба спланировано и реализовано эмпирическое исследование с применением опросного метода, которое охватило 168 студентов Воронежского государственного педагогического университета, разделенных на две группы по критерию включенности/невключенности в деятельность спортивного студенческого клуба. Для обработки эмпирических данных, полученных в результате опроса, применялись качественный и количественный анализ, в том числе описательная статистика. *Результаты исследования и их обсуждение.* Уточнено понятие зоны референций, выделены ее компоненты и типы (патологические, деформированные, нейтральные, конструктивные). Определены критерии сформированности конструктивной зоны референций: целеполагание, познавательная активность, эмоциональное восприятие себя и группы, социальная компетентность, ценностное отношение к спорту. Выявлены ключевые механизмы её формирования: командное взаимодействие, групповая идентичность, баланс внешних и внутренних референций, эмоциональная устойчивость, способность к рефлексии негативного опыта. Результаты показали, что у участников спортивного студенческого клуба уровень сформированности конструктивной зоны референций статистически значимо выше, чем у студентов, не включенных в деятельность клуба. Обсуждаются педагогические условия, способствующие переходу от нейтральной или деформированной референции к конструктивной. *Заключение.* Формирование конструктивной зоны референций личности – важный аспект

развития студенческой молодёжи. Спортивный студенческий клуб предоставляет уникальные возможности для решения этой задачи. Практическая значимость исследования заключается в разработке рекомендаций по формированию конструктивной зоны референций у студентов – членов спортивного студенческого клуба (ССК).

**Ключевые слова:** зона референций; типы референций; конструктивная зона референций; референтная группа; студенты; спортивный студенческий клуб

**Информация для цитирования:** Зуев А.Л. Критерии и механизмы формирования конструктивной зоны референций личности в условиях спортивного студенческого клуба // Научный результат. Педагогика и психология образования. 2025. Т.11. №4. С. 50-62. DOI: 10.18413/2313-8971-2025-11-4-0-4.

A.L. Zuev 

## Criteria and mechanisms for establishing a positive personal reference zone in a student sports club

Voronezh State Pedagogical University,  
86 Lenin St., Voronezh, 394043, Russia  
Xex10@mail.ru

*Received on July 13, 2025; accepted on December 17, 2025;  
published on December 30, 2025*

**Abstract.** *Introduction.* Today's youth is at a crossroads of social development.

Participation in student organizations, especially those related to physical education and sports, is becoming an important stage and driving force in personal development. The formation of a constructive reference zone is essential in this process – a system of social reference points in relation to which a person is aware of their actions, makes decisions and builds interaction with other people. *The purpose of the work* is to identify criteria and mechanisms for establishing a constructive reference zone in the conditions of a student sports club (SSC “Makarenko Method”, Voronezh State Pedagogical University).

*Materials and methods of research.* Following a theoretical analysis and synthesis of scientific literature on role models and personality development in sports clubs, an empirical study was designed and implemented. A survey was administered to 168 students from Voronezh State Pedagogical University, who were categorized based on their participation (or lack thereof) in a sports student club. The empirical data obtained from the survey was processed using qualitative and quantitative analysis, including descriptive statistics. *The results of the study and their discussion.* The concept of the reference zone was clarified and its components and types (pathological, deformed, neutral and constructive) were highlighted. The criteria for forming a constructive reference zone are defined as follows: setting goals, cognitive activity, emotional perception of oneself and the group, social competence and a positive attitude towards sport. The key mechanisms of its formation were also revealed, including team interaction, group identity, the balance of external and internal references, emotional stability and the ability to reflect on negative experiences. The results showed that participants in the student sports club had a significantly higher level of constructive reference zone formation than students not involved in club activities. The pedagogical

conditions that facilitate the transition from a neutral or deformed reference zone to a constructive one were discussed. *Conclusion.* The formation of a constructive personal reference zone is an important aspect of student youth development. The student Sports Club provides unique opportunities for solving this problem. The practical significance of the research lies in the development of recommendations for the formation of a constructive reference area for students who are members of the SSC.

**Keywords:** reference zone; types of references; constructive reference zone; reference group; students; student sports club

**Information for citation:** Zuev, A.L. (2025), "Criteria and mechanisms for establishing a positive personal reference zone in a student sports club", *Research Result. Pedagogy and Psychology of Education*, 11 (4), 50-62, DOI: 10.18413/2313-8971-2025-11-4-0-4.

**Введение (Introduction).** В условиях нестабильности и социальной напряженности общества, стремительно возрастающего массива информации, которую трудно верифицировать, регулярных процессов трансформации, в том числе в системе образования, всё более значимым становится влияние образовательной среды на формирование личности студента.

Среди множества факторов социализации молодого человека особое место занимает участие в деятельности студенческих организаций, особенно тех, которые связаны с физической культурой и спортом. Спортивные студенческие клубы (далее – ССК) выступают и как инструмент укрепления здоровья, и как действенный механизм формирования социально-психологического статуса молодежи.

В рамках таких объединений происходит не только развитие профессиональных навыков и укрепление здорового образа жизни, но и формирование социально значимых качеств личности, таких как ответственность, дисциплинированность, эмоциональная стабильность, чувство принадлежности к спортивному сообществу, а также становление устойчивой системы ценностей, установок и поведенческих ориентиров, которые составляют зону референций личности.

Теоретическую и методологическую основу исследования составили положения

психологии и педагогики, связанные с групповыми процессами, теорией зоны референций, референтных групп, взаимного влияния личности и группы. Понятие «зона референций» было введено в научный обиход американскими социологами Робертом Мертоном и Уильямом Келли для описания системы ориентиров, на которые опирается личность при самооценке и принятии решений (Merton, 1968; Merton, 1998). Социальные категории, реальные или воображаемые группы, с которыми человек идентифицирует себя, соотносит свои социальные позиции, оценки и поведение, получили название «референтные группы» (reference group) (Шериф, 1948). Это может быть идентификация с семьей, представителями молодежной субкультуры, спортивной организацией и т.д.

В отечественной психологии значительный вклад в изучение референтных процессов внесли В.С. Мерлин (Мерлин, 2009), А.В. Петровский (Петровский, 1996), Н.С. Пряжников и Е.Ю. Пряжникова (Пряжников, Пряжникова, 2009), А.В. Лесин, Н.А. Ильчева, Н.В. Фомина (Лесин, Ильчева, Фомина, 2017), С.В. Иванова (Иванова, 2012). Так, В.С. Мерлин (Мерлин, 2009) рассматривал ориентацию личности как систему внутренних и внешних референтных точек, регулирующих поведение; А.В. Петровский (Петровский, 1996) и его школа изучали ценностно-ориентационное единство как основу групповой идентичности; Н.С. Пряжников и

Е.Ю. Пряжникова (Пряжников, Пряжникова, 2009) анализировали референции в контексте профессиональной деятельности; А.В. Лесин, Н.А. Ильичева, Н.В. Фомина (Лесин, Ильичева, Фомина, 2017) исследовали референтные группы как фактор социализации подростков и молодёжи; С.В. Иванова (Иванова, 2012) предложила современную типологию референций, учитывающую цифровые референтные среды.

На основе анализа этих исследований, а также работ ряда других отечественных и зарубежных ученых в области референций – Р. Мертона (Merton, 1998), Т. Ньюкомба (Newcomb, 1958), М. Шерифа (Sherif, 1948), В.О. Боричевского, И.И. Воробьевой, О.Б. Крушельницкой, Е.И. Кузьминой, А.В. Санталова, В.А. Холмогорова, Е.В. Щедриной и др. (Зуев, 2023) – нами сформулировано обобщённое понятие зоны референций студентов в условиях ССК и определена структура зоны референций.

Зона референций – это система социальных ориентиров, по отношению к которой личность осознаёт свои действия, принимает решения и выстраивает взаимодействие с другими. Структура зоны референций включает ряд компонентов: когнитивный – знание норм, правил, традиций поведения; эмоциональный – эмоциональная привязанность к группе или ценностям; социальный – межличностные связи и коммуникация; аксиологический – принятие общих ценностей и целей.

Несмотря на значительное количество исследований в обозначенной области, на наш взгляд, недостаточно проработан вопрос, касающихся изучения критериев и механизмов формирования конструктивной зоны референций применительно к студентам в условиях спортивного студенческого клуба.

Цель данной статьи состоит в изучении критериев и механизмов формирования конструктивной зоны референций у студентов в условиях спортивного студенческого клуба.

**Материалы и методы исследования** ((*Materials and methods*)). С целью изучения особенностей развития зоны референций у студентов – членов спортивного студенческого клуба, проведено исследование, в котором приняли участие 168 студентов III курса Воронежского государственного педагогического университета (ВГПУ), составившие две группы по критерию включенности/невключенности в деятельность спортивного студенческого клуба (ССК): 1) участники ССК «Метод Макаренко» ( $n = 75$ ); 2) студенты, не включённые в деятельность ССК ( $n = 93$ ).

Методы исследования: теоретический анализ, опрос, качественный и количественный анализ данных (описательная статистика, угловое преобразование Фишера –  $\phi^*$ ).

На основе теоретического анализа нами определены критерии сформированности конструктивной зоны референций студентов в условиях студенческого спортивного клуба: целеполагание, познавательная активность, эмоциональное восприятие себя и группы, социальная компетентность, ценностное отношение к спорту. Исходя из указанных критериев и соответствующих им показателей сформированности конструктивной зоны референций выбраны диагностические методики, направленные на оценку уровня их сформированности.

*Целеполагание* (показатели: мотивация достижения; осознание общих целей с группой): Тест-опросник изучения мотивации достижения (А. Мехрабиан; модификация М.Ш. Магомед-Эминова); Методика «Ценностно-ориентационное единство» (А.В. Петровский).

*Познавательная активность* (показатели: системные знания о спорте, тренировочном процессе, особенностях и закономерностях взаимодействия в спортивном коллективе): Опросник осведомленности в сфере спортивной деятельности (А.Л. Зуев, А.Н. Махинин).

*Эмоциональное восприятие себя и группы* (показатели: позитивная Я-концепция; чувство единства и сплоченности в группе): Методика изучения самоотношения (С.Р. Пантилеев); Методика «Ценностное-ориентационное единство» (А.В. Петровский).

*Социальная компетентность* (показатели: баланс внутренней и внешней референции; развитые коммуникативные навыки): Опросник «Уровень субъективного контроля» (Дж. Роттер; адаптация Е.Ф. Бажина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинда); Опросник «Стиль поведения в конфликте» (К. Томас).

*Ценностное отношение к спорту* (показатели: общие с группой ценности; ценностное отношение к спорту и другим видам социальной активности): Тест «Смысложизненные ориентации» (Д.А. Леонтьев); Методика исследования системы жизненных смыслов (В.Ю. Котляков); Методика «Ценностное-ориентационное единство» (А.В. Петровский).

**Научные результаты и дискуссия (Research Results and Discussion).** Исходя из положений общей научной традиции в психологии и педагогике, связанной с теорией зоны референций, нами дифференциированы типы референций. При разработке классификации типов референций мы опирались на исследования индивидуальности В.С. Мерлина (Мерлин, 2009), в которых рассматриваются механизмы ориентации личности во внешней и внутренней среде; изучение личности в контексте рефлексии и самоопределения (Абульханова-Славская, 1989); труды Н.С. Пряжникова, Е.Ю. Пряжниковой по социальной психологии и профессиональной деятельности (Пряжников, Пряжникова, 2009); типологию референций, представленную в работе С.В. Ивановой (Иванова, 2012); классические научные положения о референтных группах Р. Мертона (Merton, 1998), Х.Х. Хьюмана (Human, 1968);

результаты изучения внутриличностных конфликтов, обусловленных противоречиями между разными социальными ролями, нерациональным распределением ресурсов между учебной, спортивной и другими видами деятельности (Wendling, Sargas, 2020) и др.

Тип референций зависит от характера референтной ориентации – способности личности воспринимать, интерпретировать и использовать в своей деятельности систему социальных ориентиров, представленных мнениями, нормами, ценностями и моделями поведения окружающих людей. В зависимости от этих ориентаций можно выделить несколько типов референций: патологические, деформированные, нейтральные, конструктивные.

*Патологическая референция* – это форма референтной ориентации, при которой личность воспринимает деструктивные модели поведения как нормативные и значимые для себя. Ориентация на негативные модели поведения (например, агрессия, нарушение правил, криминальные действия) проявляется в подражании маргинальным группам, преступным или асоциальным элементам.

Такой тип референций чаще наблюдается у подростков и молодёжи, находящихся в условиях социальной дезадаптации, и может быть связан с формированием девиантного поведения, когда человек воспринимает антисоциальные ценности как единственно возможные. Об этом свидетельствуют, в частности, результаты исследования А.В. Лесина и др., согласно которым в личностном становлении подростков и юношей «референтная группа является действенным механизмом социализации, через нее фильтруются ценности, усваиваются и присваиваются социальные нормы, расставляются приоритеты в межличностных отношениях» (Лесин, Ильчева, Фомина, 2017: 113). Патологические референтные группы могут

формировать нарушенную систему ценностей, особенно в условиях слабого влияния семьи, школы, вуза или позитивного окружения.

*Деформированная референция* – это искажённое восприятие норм и ценностей, при котором личность частично принимает социальные установки, но привносит в них искажающие элементы. Иными словами, человек не в полной мере разделяет антиобщественные взгляды, однако допускает их как возможный вариант поведения. При этом существует внутреннее противоречие между личными установками и тем, что принято в референтной группе. Такой тип референций встречается в переходном возрасте, когда происходит поиск собственной идентичности при одновременном выраженным влиянии сверстников.

Деформированная референция проявляется в снижении уровня самоконтроля, принятии рискованных решений. Как указывают Н.А. Корягина, Е.В. Михайлова (Корягина, Михайлова, 2014), референция такого типа может быть результатом конфликта между разными референтными группами, – например, семьёй и компанией сверстников.

*Нейтральная референция* – это состояние, при котором личность не имеет чётко выраженных ориентиров в выборе норм и моделей поведения. Для нейтральной референции характерна неопределенность позиции в вопросах морали, поведения, ценностей. Человек может принимать внешние установки ситуативно, без глубокого усвоения.

Такая референция часто характерна для начального этапа входления в группу, условий выраженного стресса и конфликта ролей. Это временное состояние, которое может трансформироваться в более зрелую форму референтной ориентации.

Как отмечают Л.В. Волкова, Л.И. Ситнова, М.Н. Филатова (Волкова, Ситнова, Филатова, 2022), в отношениях между личностью и обществом референтная группа выполняет нормативную и сравнительную функции, соответственно, являясь источником норм поведения, социальных установок и ценностных ориентаций и эталоном, позволяющим индивиду, оценивая себя и других, определить свое место в социальной структуре общества. Соответственно, нейтральная референция является переходным этапом, который может быть преодолён через осознанный выбор референтной группы или усиление внутренней позиции личности.

*Конструктивная референция* – это устойчивый и социально адаптивный тип референтной ориентации, при котором личность использует референтные группы как ресурс для саморазвития и саморегуляции. Конструктивная референция основана на балансе между внешними и внутренними ориентирами и предполагает осознанный выбор моделей поведения, соответствующих личным и общественным ценностям. Способствует поддержанию эмоциональной устойчивости, уверенности в себе и высокий уровень мотивации, а также развитию таких качеств как ответственность, дисциплина, эмоциональная устойчивость, чувство принадлежности к сообществу.

В табл. 1 представлена сравнительная характеристика основных черт и результатов проявления разных типов референций.

Как показал анализ исследований в сфере психологии спортивной деятельности (Волков, 2012; Сопов, 2010; Wendling, Sagas, 2020 и др.), именно конструктивная зона референций обеспечивает спортсменам устойчивость к стрессу, способность к самоанализу, готовность учиться на опыте как положительных, так и отрицательных референтов.

Сравнительная характеристика типов референций

Таблица 1

Comparative characteristics of the types of references

Table 1

Тип референции	Основные черты	Результат ориентации
Патологическая	Ориентация на деструктивные модели, подражание антисоциальным группам	Формирование девиантного поведения
Деформированная	Искажённое восприятие норм, противоречивые установки	Возможны конфликты, снижение контроля
Нейтральная	Отсутствие чёткой ориентации, ситуативное принятие норм	Неопределенность, риск негативного влияния
Конструктивная	Баланс внешних и внутренних ориентиров, открытость к положительному опыту	Саморазвитие, успешная социализация

На основе анализа психолого-педагогических исследований, направленных на изучение спортивной сферы, закономерностей развития личности в группе, сущности и типов референций, нами выделены механизмы формирования конструктивной зоны референций: командное взаимодействие и групповая идентичность; баланс внешней и внутренней референций; эмоциональная устойчивость и снижение тревожности; принятие негативной референции. Рассмотрим указанные механизмы подробнее.

*Командное взаимодействие и групповая идентичность.* В процессе командно-спортивной деятельности у участников ССК формируется групповая идентичность – ощущение принадлежности к общности, имеющей общие цели, ценности и правила. Это способствует развитию чувства «мы», которое является важным компонентом конструктивной зоны референций.

Примером может служить общение участников разных секций вне спортивной деятельности, участие в совместных мероприятиях, поддержка друг друга на соревнованиях. Это не только расширяет круг общения, но и способствует формированию конструктивной зоны референций.

*Баланс внешней и внутренней референции.* Особый интерес представляет баланс между внешней и внутренней референцией. Участники спортивного клуба учатся доверять своей интуиции и опыту (внутренняя референция), учитывать мнение тренера, команды, соперников (внешняя референция). Этот баланс позволяет эффективно принимать решения в условиях стресса, конкуренции и неопределенности.

*Эмоциональная устойчивость и снижение тревожности.* Как отмечают исследователи (Волков, 2012; Солов, 2010 и др.), спортсмены с низкой личностной тревожностью и высокой выносливостью демонстрируют более широкую зону референций. Они лучше адаптируются к изменениям, легче переносят личные и командные поражения, быстрее восстанавливаются после травм.

*Принятие негативной референции.* Конструктивная зона референций предполагает не только ориентацию на положительные модели поведения, но и умение анализировать негативный опыт, например, свой проигрыш более сильному и подготовленному сопернику. Спортсмен может взять за основу тактику соперника, чтобы улучшить свою игру. Это формирует открытость новому, готовность к обучению и саморазвитию.

Спортивные студенческие клубы представляют собой уникальную среду для формирования личности. Они сочетают элементы физической активности, командной работы, соревновательного духа, общения и самореализации.

В качестве примера можно привести деятельность студенческого спортивного клуба «Метод Макаренко» Воронежского государственного педагогического университета, где студенты занимаются разными видами спорта. Название клуба напрямую отсылает к педагогическим идеям А.С. Макаренко, подчеркивая аксиологическую направленность деятельности: формирование личности через коллектив и труд.

Согласно данным, представленным на портале Росстудспорта относительно ССК «Метод Макаренко»<sup>1</sup>, клуб объединяет 243 участника, входящих в 42 команды по разным видам спорта; за год было проведено 10 турниров. Большинство студентов занимаются командными видами спорта – футболом, волейболом, баскетболом. Есть также команды по компьютерному спорту,

фиджитал спорту (функционально-цифровому спорту).

Благодаря активному использованию социальных сетей (например, страница «ВКонтакте» с более чем 2000 подписчиками) у студентов – участников клуба формируется публичная референтная группа, усиливающая эффект социальной поддержки и популяризации здорового образа жизни.

На рис. 1 и 2 отражены обобщенные результаты эмпирического исследования – дифференцированные группы студентов с разным уровнем сформированности конструктивной зоны референций в соответствии с выделенными и охарактеризованными выше критериями (целеполагание, познавательная активность, эмоциональное восприятие себя и группы, социальная компетентность, ценностное отношение к спорту). Группа I – студенты, включенные в деятельность ССК (75 человек); группа II – студенты, не включенные в деятельность ССК (93 человека).



Рис. 1 Дифференцированные группы студентов, включенных в деятельность ССК, с разным уровнем сформированности конструктивной зоны референций (в %)  
Fig. 1 Differentiated groups of students involved in the activities of the SSC, with different levels of formation of a constructive reference area (in %)

<sup>1</sup> Метод Макаренко // <https://rosstudsport.ru/club/131?ysclid=mcr68uozs9734158155> (дата обращения: 12.04.2025).



Рис. 2 Дифференцированные группы студентов, не включенных в деятельность ССК, с разным уровнем сформированности конструктивной зоны референций (в %)

Fig. 2 Differentiated groups of students not included in the activities of the SSC, with different levels of formation of a constructive reference area (in %)

Как видно из представленных на рис. 1 и 2 результатов, студенты первой группы (включенные в деятельность ССК) существенно превосходят студентов второй группы по выраженности всех критериев сформированности конструктивной зоны референций. Большинство членов спортивного студенческого клуба характеризуются высоким уровнем сформированности способности к целеполаганию, познавательной активности, эмоционального восприятия себя и группы, социальной компетентности, ценностного отношения к спорту.

Обобщив результаты по отдельным

критериям и показателям сформированности конструктивной зоны референций мы выделили группы студентов I и II групп с низким, средним и высоким уровнями ее сформированности. Дифференцированные группы студентов с разными уровнями сформированности конструктивной зоны референций, а также результаты статистической обработки данных с помощью  $\varphi^*$ -критерия (угловое преобразование Фишера) представлены в таблице 2. Полужирным шрифтом выделены эмпирические значения  $\varphi^*$ -критерия, указывающие на статистическую значимость различий ( $\varphi^*_{\text{эмп}} > \varphi^*_{0,01}$ ).

Таблица 2  
**Дифференцированные группы студентов с разными уровнями сформированности конструктивной зоны референций (в %)**

**Differentiated groups of students with different levels of formation of a constructive reference area (in %)**

Table 2

Показатели групп I и II	Уровень		
	Низкий	Средний	Высокий
Группа I	3,2	27,2	69,9

Группа II	16,1	53,3	30,5
$\varphi^*_{\text{эмп}}$	<b>3,002</b>	<b>3,479</b>	<b>5,219</b>
$\varphi^*_{0,05}$	1,64	1,64	1,64
$\varphi^*_{0,01}$	2,31	2,31	2,31

На основе статистической обработки данных, осуществленной с помощью  $\varphi^*$ -критерия (угловое преобразование Фишера), можно заключить, что группы студентов значимо различаются по всем уровням сформированности конструктивной зоны референций.

У 16,1 % студентов, не участвующих в деятельности студенческого спортивного клуба, и у 3,2 % его участников выявлен низкий уровень сформированности конструктивной зоны референций. Это проявляется в следующем: слабо выраженная способность к целеполаганию как в спорте, так и в других видах деятельности; недостаточно развитая мотивация достижения; ограниченное понимание целей группы; низкий уровень осведомлённости о специфике спортивной деятельности; несформированное чувство принадлежности и сплочённости в коллективе; недостаточные коммуникативные навыки и трудности в разрешении конфликтов; дисбаланс между внешними и внутренними ориентирами; отсутствие или слабое ценностное отношение к спорту и социальной активности; неясное переживание общих ценностей с группой.

Низкий уровень сформированности конструктивной зоны референций выявлен у 16,1 % студентов, не включенных в ССК, и лишь у 3,2 % обучающихся – членов ССК, что отражает следующие особенности личности: средний или высокий уровень целеполагания, умеренно выраженная мотивация достижения, понимание общих целей команды; знание основных аспектов спортивной деятельности и особенностей взаимодействия в коллективе; средняя степень самоотношения и чувства единения с группой; удовлетворительные коммуникативные навыки и способность

разрешать конфликты; относительно сбалансированная внешняя и внутренняя референции; средний уровень значимости спорта и социальной активности; частичное совпадение личных и групповых ценностей.

Высокий уровень сформированности конструктивной зоны референций проявляют 69,9 % респондентов из первой группы (входящие в ССК) и 30,5 % студентов группы II. Для этой категории характерны: чёткие целевые установки в различных сферах жизни, выраженная мотивация на достижение результатов, глубокое понимание общих целей коллектива; системные знания о спортивной деятельности и межличностном взаимодействии в команде; высокая степень самопринятия и чувство принадлежности к группе; развитые навыки общения и эффективного управления конфликтами; устойчивый баланс между внешними и внутренними ориентирами; высокая ценность спорта и общественной активности, наличие устойчивых общих ценностей с участниками спортивного коллектива.

Полученные данные позволяют утверждать, что спортивный студенческий клуб выступает эффективной средой для формирования конструктивной зоны референций. Это связано с сочетанием физической активности, командной работы, соревновательного опыта и публичной референтной группы.

Мы согласны с Wendling и Sagas (Wendling, Sagas, 2020), которые утверждают, что у спортсменов высокая степень идентификации с группой способствует формированию устойчивых ценностных ориентиров. Наши данные согласуются с выводами авторов: у 69,9 % участников ССК выявлен высокий уровень сформированности конструктивной зоны

референций, что указывает на успешную социализацию и развитие личности.

Полученные нами результаты подтверждают позицию А.В. Лесина, Н.А. Ильиной, Н.В. Фоминой (Лесин, Ильинова, Фомина, 2017) о том, что референтная группа играет ключевую роль в социализации молодёжи. В условиях ССК студенты формируют групповую идентичность, что снижает уровень социальной дезадаптации и способствует переходу от нейтральной к конструктивной референции.

Однако полученные нами данные частично расходятся с теоретическими представлениями Н.А. Корягиной и Е.В. Михайловой (Корягина, Михайлова, 2014), которые отмечают, что конфликты между референтными группами неизбежно ведут к дезинтеграции личности. Согласно результатам нашего исследования, такие конфликты (например, между учёбой и спортом) не приводят к деформации референции, а, наоборот, стимулируют развитие рефлексии и навыков саморегуляции.

Таким образом, вклад данной работы в науку заключается в уточнении критериев и механизмов формирования конструктивной зоны референций в студенческой среде, а также в эмпирическом подтверждении действенной роли ССК как педагогического инструмента социализации.

**Заключение (Conclusions).** Тип референции оказывает существенное влияние на развитие личности и её социальную адаптацию. В студенческой среде, особенно в спортивных клубах, ключевое значение имеет формирование конструктивной референтной ориентации, которая позволяет сохранять психологическую устойчивость, развивать лидерские качества, строить эффективное взаимодействие, формировать здоровую систему ценностей.

Типология референций (патологические, деформированные, нейтральные, конструктивные) отражает

разные уровни адаптивности и социально значимой ориентации личности. Конструктивная зона референций характеризуется широтой восприятия отличных от собственной точки зрения, гомеостазом (устойчивостью) внутренних установок, балансом между внешними и внутренними, позитивными и негативными влияниями.

На примере спортивного студенческого клуба «Метод Макаренко» Воронежского государственного педагогического университета можно проследить, как у студентов, занимающихся разными видами спорта (волейбол, шахматы, футбол, функциональный спорт и др.), формируется устойчивая система ценностей, основанная на принципах сотрудничества, уважения и самосовершенствования.

Формирование конструктивной зоны референций – ключевой аспект развития студенческой личности. В работе с молодёжью важно создавать условия, способствующие преодолению патологической и деформированной референций, а также переходу от нейтральной к конструктивной ориентации.

Практические рекомендации, представленные ниже, разработаны на основе полученных в ходе исследования данных и направлены на формирование у студентов – членов ССК конструктивной зоны референций:

1) проведение психологических тренингов по развитию у студентов эмоциональной устойчивости, рефлексии, навыков управления стрессом;

2) обучение стратегиям референтного поведения, направленное на формирование у личности осознания того, в каких ситуациях следует полагаться на внутренние ориентиры, а в каких – на внешние;

3) интеграция команд ССК, стимулирование межсекционного взаимодействия, создание условий для общения и сотрудничества между участниками команд по разным видам спорта;

4) развитие лидерских качеств, формирование навыков управления, принятия решений и индивидуальной ответственности;

5) поддержание референтной среды посредством взаимодействия с наставниками, тренерами, успешными спортсменами как образцами для подражания.

Формирование конструктивной зоны референций личности – важный аспект развития студенческой молодёжи. Спортивный студенческий клуб предоставляет уникальные возможности для решения этой задачи, позволяя студентам развивать личностную устойчивость, коммуникативные навыки, чувство принадлежности к коллективу, умение брать на себя ответственность и достигать целей. Деятельность ССК «Метод Макаренко» служит выразительным примером того, как педагогические и спортивные практики могут быть органично объединены с целью формирования полноценной личности, ориентированной на успешный профессиональный и жизненный путь.

#### Список литературы

Абульханова-Славская К.А. Активность и сознание личности как субъекта деятельности // Психология личности в социалистическом обществе: Активность и развитие личности. М., 1989. С. 110-133.

Иванова С.В. Искусство подбора персонала: Как оценить человека за час. Москва Альпина Паблишер. 2012. 418 с.

Зуев А.Л., Бабич В.П., Братишка А.В. Понятие референтности в образовательной среде // Студенческий вестник: актуальные вопросы науки и образования: Сборник студенческих научных работ. Елец. 2023. С. 3-6.

Корягина Н.А., Михайлова Е.В. Социальная психология. Теория и практика. М.: Юрайт. 2014. 492 с.

Лесин А.В., Ильичева Н.А., Фомина Н.В. Референтные отношения у подростков // Международный студенческий научный вестник. 2016. №5. С. 113-114.

Мерлин В.С. Психология индивидуальности: избранные психологические труды / под ред. Е.А. Климова. 2-е изд., стер. М.:

Изд-во Московского психолого-социального ин-та; Воронеж: Изд-во НПО «МОДЭК». 2009. 542 с.

Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. М.: Издательство политической литературы. 1982. 254 с.

Практикум по спортивной психологии / Под ред. И.П. Волкова. СПб.: Питер. 2012. 288 с.

Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Психология труда. М.: Издательский центр «Академия». 2009. 480 с.

Сопов В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте. М.: Академический проект. 2010. 116 с.

Социальное и межличностное взаимодействие: учебно-методическое пособие / Л.В. Волкова, Л.И. Ситнова, М.Н. Филатова. М.: РГУ нефти и газа (НИУ) имени И.М. Губкина. 2022. 193 с.

Huiman H.N. Reference Groups // International Encyclopedia of the Social Sciences / ed. D. Sills. New York: Macmillan Company & Free Press. 1968. vol. 13. P. 353-359.

Merton R.K. Reference Group, Invisible colleges, and deviant behavior in Science // Surveying Social Life / eds.: J. Hubert, O. Gorman. Middletown: Wesleyan University Press. 1998. P. 174-189.

Merton R.K. Social Theory and Social Structure. New York: Free Press. 1968. 698 p.

Newcomb Th.M. Attitude development as a function of reference groups: The Bennington study // Readings in social psychology / edited by E. Maccoby, Th.M. Newcomb & E. Hartley. New York: Holt, Rinehart & Winston. 1958. P. 56-88.

Newcomb Th.M. Social Psychology. New York: Dryden Pres., 1950. 227 p.

Sherif M. An outline of social psychology. New York: Harper & Brothers Publishers, 1948. 479 p.

Wendling E., Sagas M. An application of the social cognitive career theory model of career self-management to college athletes' career planning for life after sport // Frontiers in psychology. 2020. Vol. 11. P. 9.

#### References

Abulkhanova-Slavskaya, K.A. (1989), “Aktivnost’ i soznanie lichnosti kak subiekta deyatelnosti” [Activity and consciousness of the personality as a subject of activity], *Psichologiya lichnosti v sotsialisticheskem obshchestve: Aktivnost’ i razvitiye lichnosti*, Moscow, Russia.

Ivanova, S.V. (2012), *Iskusstvo podbora personala: Kak otsenit cheloveka za chas* [The art of recruitment: How to evaluate a person in an hour], Alpina Publisher, Moscow, Russia.

Zuev, A.L., Babich, V.P. and Bratishka, A.V. (2023) "Ponyatiye referentnosti v obrazovatelnoy srede", *Studencheskiy vestnik: aktualnye voprosy nauki i obrazovaniya: Sbornik studencheskikh nauchnykh rabot*. Elecz, Russia, 3-6.

Koryagina, N.A. and Mikhaylova, E.V. (2014), *Sotsialnaya psichologiya. Teoriya i praktika* [Social Psychology. Theory and Practice], Yurayt, Moscow, Russia.

Lesin, A.V., Ilicheva, N.A. and Fomina, N.V. (2016), "Referentnye otnosheniya u podrostkov", *Mezhdunarodnyy studentcheskiy nauchnyy vestnik*, 5, 113-114. (In Russian).

Merlin, V.S. (2009), *Psichologiya individualnosti: izbrannye psikhologicheskie trudy* [Psychology of Individuality: Selected Psychological Works], MPSI; MODEK, Moscow, Russia.

Petrovskiy, A.V. (1982), *Lichnost. Deiatelnost. Kollektiv* [Personality. Activity. Collective], Politizdat, Moscow, Russia.

Volkov, I.P. (ed.) (2012), *Praktikum po sportivnoy psichologii* [Practical Guide to Sports Psychology], Piter, St. Petersburg, Russia.

Prizhnikov, N.S. and Prizhnikova, E.Yu. (2009), *Psichologiya truda* [Psychology of Labor], Akademiya, Moscow, Russia.

Sopov, V.F. (2010), *Teoriya i metodika psichologicheskoy podgotovki v sovremenном sporste* [Theory and Methodology of Psychological Preparation in Modern Sports], Akademicheskiy proekt, Moscow, Russia.

Volkova, L.V., Sitnova, L.I. and Filatova, M.N. (2022), *Sotsialnoe i mezhlichnostnoe vzaimodeystvie: uchebno-metodicheskoe posobie* [Social and Interpersonal Interaction: A Methodological Guide], RGU Nefti i Gaza (NIU) im. I.M. Gubkina, Moscow, Russia.

Hyman, H.H. (1968), "Reference Groups", in Sills, D. (ed.), *International Encyclopedia of the Social Sciences*, Macmillan & Free Press, New York, USA, 13, 353-359. (In USA).

Merton, R.K. (1998), "Reference Group, Invisible colleges, and deviant behavior in Science", in Hubert, J. and Gorman, O. (eds.), *Surveying Social Life*, Wesleyan University Press, Middletown, CT, 174-189. (In USA).

Merton, R.K. (1968), *Social Theory and Social Structure*, Free Press, New York, USA.

Newcomb, Th.M. (1958), "Attitude development as a function of reference groups: The Bennington study", in Maccoby, E., Newcomb, Th.M. and Hartley, E. (eds.), *Readings in Social Psychology*, Holt, Rinehart & Winston, New York, 56-88. (In USA).

Newcomb, Th.M. (1950), *Social Psychology*, Dryden Press, New York, USA.

Sherif, M. (1948), *An Outline of Social Psychology*, Harper & Brothers Publishers, New York, USA.

Wendling, E. and Sagas, M. (2020), "An application of the social cognitive career theory model of career self-management to college athletes' career planning for life after sport", *Frontiers in Psychology*, 11, 9. (In USA).

**Информация о конфликте интересов:** автор не имеет конфликта интересов для декларации.

**Conflicts of Interest:** the author has no conflict of interests to declare.

#### Данные автора:

**Зуев Артём Леонидович**, аспирант кафедры общей педагогики, Воронежский государственный педагогический университет.

#### About the author:

**Artyom L. Zuev**, Postgraduate Student of the Department of General Pedagogy, Voronezh State Pedagogical University.