

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**
Педагогический институт

Кафедра социальной психологии образования и развития

**ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И САМОПРЕЗЕНТАЦИИ В СОЦИАЛЬНЫХ
СЕТЯХ (НА ПРИМЕРЕ ПОДРОСТКОВ)**

АВТОРЕФЕРАТ
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

студентки _5_ курса _541__ группы
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,
профиля подготовки «Психология образования и социальной сферы»
факультета психолого-педагогического и специального образования

Калининой Елизаветы Егоровны

Научный руководитель

доцент, кандидат психолог. наук

А. А. Шаров

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор

Р. М. Шамионов

Саратов 2026

Актуальность исследования взаимосвязи самооценки и самопрезентации в социальных сетях на примере подростков обусловлена особенностями современного этапа социализации, в котором цифровая среда становится значимой частью повседневного общения, самовыражения и поиска признания. Подростковый возраст является периодом интенсивного становления самосознания, формирования образа «Я», развития потребности в принятии со стороны сверстников и выстраивания собственной социальной позиции. В этих условиях самооценка становится особенно чувствительной к внешней обратной связи, а социальные сети создают новые возможности и риски для предъявления себя окружающим.

Социальные сети позволяют подросткам конструировать и демонстрировать желаемый образ, управлять впечатлением о себе, получать одобрение через лайки, комментарии и подписки. Вместе с тем цифровая коммуникация может усиливать зависимость самоощущения от внешних оценок, провоцировать социальное сравнение, стремление к идеализированной самопрезентации и использование виртуального пространства как способа компенсации неуверенности в себе.

Особую значимость приобретает изучение того, какие характеристики самооценки подростков связаны с особенностями их онлайн-поведения и способами самопрезентации. Низкая или неустойчивая самооценка может повышать склонность к проблемному использованию социальных сетей, тогда как устойчивая, внутренне обусловленная самооценка выступает ресурсом психологического благополучия и более аутентичного поведения в цифровой среде.

Проблема исследования заключается в том, что при высокой распространенности социальных сетей среди подростков недостаточно раскрытым остается вопрос о том, как именно уровень и структура самооценки

связаны со стратегиями самопрезентации, виртуальной идентичностью и рисками проблемного использования онлайн-пространства.

Теоретическую основу исследования составляют работы, посвященные феномену самооценки и самосознания личности (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, И.С. Кон, С.Л. Рубинштейн, И.И. Чеснокова, У. Джемс, К. Роджерс, М. Розенберг, Р.Ф. Баумайстер), а также исследования самопрезентации и управления впечатлением в социальной и цифровой среде (И. Гофман, Ж. Тедеша, М. Риес, В.М. Шепель, В.Н. Куницына, О.А. Пикулева, Н.П. Плеханова, И.Ю. Млодик и др.).

Цель исследования: изучить взаимосвязь самооценки и самопрезентации в социальных сетях на примере подростков.

Объект исследования: самооценка подростков.

Предмет исследования: взаимосвязь самооценки и самопрезентации в социальных сетях на примере подростков.

Задачи исследования:

1. Изучить понятие «самооценка» с точки зрения психологического феномена.
2. Рассмотреть особенности самопрезентации личности в социальных сетях.
3. Подготовить и провести эмпирическое исследование, проанализировать его результаты.
4. Выявить взаимосвязь самооценки и самопрезентации в социальных сетях в подростковом возрасте.

Гипотеза исследования заключается в том, что между уровнем и структурой самооценки подростков и особенностями их самопрезентации в социальных сетях существует взаимосвязь. Подростки с низкой и неустойчивой самооценкой, особенно в сфере личностных качеств, более склонны к проблемному и компенсаторному использованию социальных сетей. В то же

время выраженная ориентация на внешние аспекты самооценки усиливает зависимость самоощущения от обратной связи в цифровой среде.

Методы исследования: для решения поставленных задач использовались теоретические методы (анализ и обобщение психолого-педагогической литературы), эмпирические методы (опросник самопрезентации в социальной сети М. Michikyan et al. в адаптации Д.С. Корниенко, Н.А. Рудновой; опросник изучения общей самооценки Г.Н. Казанцевой; методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан; шкала ситуативной самооценки SSES Т. Heatherton, J. Polivy в переводе А.Ю. Развальяевой; методика «Виртуальная идентичность пользователей соцсетей» Д.Н. Погорелова; шкала проблемного использования соцсетей С. Marino et al. в адаптации Н.А. Сироты, Д.В. Московченко, В.М. Ялтонского), а также методы математической статистики: корреляционный анализ по критерию Спирмена.

База и выборка исследования: исследование проводилось на базе МОУ «СОШ № 55» г. Саратова. В исследовании приняли участие 60 подростков в возрасте 13-15 лет. Исследование проводилось в октябре 2025 года и включало подготовительный, эмпирический и аналитико-обобщающий этапы.

Структура работы. Выпускная квалификационная работа включает введение, две главы, заключение, список использованных источников и приложения.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

В первой главе «Теоретическое изучение самооценки и самопрезентации» проводится анализ основных понятий исследования, раскрываются психологические подходы к пониманию самооценки, особенности самопрезентации личности в социальных сетях, а также современные исследования самооценки и самопрезентации у подростков.

Самооценка рассматривается как сложный психологический феномен, связанный с самосознанием, отношением личности к себе, уровнем притязаний,

переживанием собственной ценности и регуляцией поведения. В работе подчеркивается, что самооценка формируется в процессе взаимодействия личности с социальной средой и зависит от оценок значимых других, успешности деятельности, опыта общения и сравнения себя с окружающими.

Особое внимание уделяется подростковому возрасту как периоду повышенной чувствительности к социальному сравнению и внешнему одобрению. Самооценка подростка может быть адекватной или неадекватной, устойчивой или ситуативной, внутренне или внешне обусловленной. В цифровой среде значимость внешней оценки усиливается, поскольку лайки, комментарии и подписки становятся быстрым и наглядным подтверждением социальной принятости.

Самопрезентация личности раскрывается как процесс предъявления себя окружающим и управления впечатлением о себе. В социальных сетях самопрезентация приобретает особую форму: пользователь может отбирать фотографии, тексты, сторис, комментарии и иные элементы профиля, формируя желаемый образ. При этом онлайн-образ может быть как продолжением реального «Я», так и идеализированной или компенсаторной конструкцией.

В теоретической части выделены основные стратегии самопрезентации: аутентичная, идеализированная, компенсаторная, перформативная и коммуникативная. Показано, что аутентичная самопрезентация связана с открытостью и принятием себя, тогда как идеализированная и компенсаторная формы могут быть обусловлены неуверенностью, зависимостью от внешней оценки, тревожностью и стремлением скрыть воспринимаемые недостатки.

Современные исследования подчеркивают двойственный характер влияния социальных сетей на подростков. С одной стороны, цифровые платформы дают возможность самовыражения, творчества, общения и поиска поддержки. С другой стороны, они могут усиливать зависимость от внешнего одобрения, формировать склонность к социальному сравнению, снижать

удовлетворенность собой и повышать риск проблемного использования онлайн-пространства.

Вторая глава «Эмпирическое исследование самооценки и самопрезентации подростков в социальных сетях» посвящена организации исследования, характеристике выборки и методик, анализу результатов диагностики и описанию выявленных взаимосвязей между показателями самооценки и самопрезентации.

На первом этапе эмпирического исследования была проведена диагностика особенностей самопрезентации подростков по опроснику M. Michikyan et al. в адаптации Д.С. Корниенко и Н.А. Рудновой. Средний показатель по шкале «Реальное демонстративное Я» составил 12,16 балла при стандартном отклонении 2,27, а показатель по шкале «Фальшивое обманное Я» — 10,03 балла при стандартном отклонении 2,47. Это позволяет говорить о преобладании стремления подростков демонстрировать себя в социальных сетях через реальные интересы, увлечения и индивидуальные особенности при сравнительно меньшей выраженности обманной или искусственно созданной самопрезентации.

Диагностика общей самооценки по опроснику Г.Н. Казанцевой показала среднее значение 3,63 балла при стандартном отклонении 3,65. Полученный результат указывает на умеренно позитивный общий уровень самооценки, но вместе с тем отражает значительный индивидуальный разброс, характерный для подросткового возраста. В выборке присутствуют подростки как с более низкими, так и с более высокими показателями самооотношения.

По методике Дембо-Рубинштейн наиболее высокие средние значения были получены по шкалам «Внешность» (66,85) и «Умелые руки» (66,83). Далее следуют «Уверенность в себе» (65,03), «Характер» (63,61), «Авторитет» (59,75) и «Ум/способности» (57,20). Следовательно, структура самооценки подростков является дифференцированной: наиболее значимыми и позитивно

оцениваемыми выступают внешние и практические характеристики, тогда как интеллектуальная сфера оценивается несколько ниже.

Результаты по шкале ситуативной самооценки SSES показали общий показатель 60,1 балла. Наиболее выраженной оказалась оценка внешности (21,5), затем социальная самооценка (20,41) и оценка действий (18,18). Эти данные подтверждают особую значимость внешнего образа и социального восприятия для актуального самоощущения подростков.

Диагностика виртуальной идентичности пользователей социальных сетей по методике Д.Н. Погорелова показала средний уровень выраженности кибераддикции (4,96), принятия субкультуры (4,85) и интегрального показателя виртуальной идентичности (5,1). Показатель «Виртуальный образ» составил 5,85, что в работе интерпретируется как низкий уровень идеализации. Это свидетельствует о том, что у большинства подростков онлайн-образ скорее дополняет реальную идентичность, чем полностью ее замещает.

По шкале проблемного использования социальных сетей общий средний балл составил 61,91 при стандартном отклонении 5,61, что соответствует умеренному уровню риска. Наиболее выраженными оказались когнитивная поглощенность (14,08) и предпочтение онлайн-общения (13,71). Показатели регуляции эмоций (11,51), негативных последствий (11,70) и компульсивного использования (10,90) находятся на среднем уровне. Это говорит о том, что социальные сети выполняют для подростков коммуникативную, эмоционально-регулятивную и самопрезентационную функции, но у части участников могут формироваться признаки дисфункционального использования.

Корреляционный анализ по Спирмену позволил выявить статистически значимые взаимосвязи между характеристиками самооценки и составляющими самопрезентации в социальных сетях. Обнаружена отрицательная корреляция между предпочтением онлайн-общения и самооценкой ума/способностей ($r = -0,334$; $p \leq 0,01$). Это означает, что подростки, выше оценивающие свои

интеллектуальные качества, менее склонны выбирать виртуальное общение вместо реального.

Выявлена положительная корреляция между предпочтением онлайн-общения и самооценкой характера ($r=0,323$; $p\leq 0,05$), что может указывать на восприятие социальных сетей как дополнительного пространства для проявления личностных качеств и построения общения. При этом регуляция эмоций через соцсети отрицательно связана с самооценкой характера ($r=-0,357$; $p\leq 0,05$), то есть подростки, ниже оценивающие свои личностные качества, чаще используют интернет для управления настроением и ухода от негативных переживаний.

Кибераддикция имеет отрицательную связь с самооценкой характера ($r=-0,377$; $p\leq 0,05$), а также положительно связана с ситуативной самооценкой ($r=0,401$; $p\leq 0,01$), социальной самооценкой ($r=0,357$; $p\leq 0,05$) и самооценкой внешности ($r=0,318$; $p\leq 0,05$). Данный комплекс связей показывает амбивалентную роль социальных сетей: они могут временно поддерживать позитивное самоощущение через внешнее одобрение, но одновременно повышать риск зависимого поведения и закреплять ориентацию на цифровую обратную связь.

Также обнаружена отрицательная корреляция между принятием субкультуры и самооценкой умелых рук ($r=-0,316$; $p\leq 0,05$). Это позволяет предположить, что подростки, опирающиеся в самоуважении на реальные практические навыки и достижения, в меньшей степени склонны глубоко интегрироваться в виртуальные субкультуры.

Эмпирическое исследование подтвердило гипотезу о существовании взаимосвязи между уровнем и структурой самооценки подростков и особенностями их самопрезентации в социальных сетях. Низкая самооценка личностных качеств выступает фактором риска, связанным с эмоционально-регулятивным и аддиктивным использованием социальных сетей. Высокая

самооценка интеллектуальных и практических способностей, напротив, может рассматриваться как ресурс, снижающий зависимость от виртуального общения.

Полученные результаты имеют практическую значимость для разработки психолого-педагогических программ, направленных на развитие устойчивой и адекватной самооценки, повышение медиаграмотности, формирование навыков осознанной самопрезентации и профилактику рискованного поведения в интернете среди подростков.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Асильдерова, М.М. Актуальные вопросы педагогики и психологии в современном мире: проблемы и инновации. Материалы международной научно-практической конференции, 30 апреля 2021 г. / М.М. Асильдерова .— Москва : Директ-Медиа, 2022 .— 413 с.

2. Багаева, Е. В. Самооценка личности в современном мире / Е. В. Багаева, П. А. Крумина // *Via Scientiarum - Дорога знаний*. – 2022. – № 1. – С. 175-182.

3. Батулина, А. П. Проблема самооценки и её коррекция / А. П. Батулина // *Вклад молодых ученых в инновационное развитие АПК России : Сборник материалов Всероссийской (национальной) научно-практической конференции молодых ученых, Пенза, 20–21 октября 2021 года. Том II. – Пенза: Пензенский государственный аграрный университет, 2021. – С. 108-111.*

4. Бурхонова, М. М. Основные характеристики самооценки личности / М. М. Бурхонова, Ф. М. Хошимова // *Актуальные аспекты развития науки и общества в эпоху цифровой трансформации : сборник материалов VIII Международной научно-практической конференции, Москва, 31 мая 2023 года. – Москва: Алеф, 2023. – С. 292-296.*

5. Голубь, О. В. Особенности самоотношения подростков, склонных к зависимости от социальных сетей / О. В. Голубь, Т. С. Тимофеева, Д. П. Байкалова // *Психолого-педагогический поиск*. – 2025. – № 1(73). – С. 116-126.

6. Гончарова, Н. А. Социальные сети как пространство самопрезентации личности в подростковом и юношеском возрасте / Н. А. Гончарова, С. Д. Валуева // Наукосфера. – 2024. – № 3-2. – С. 81-84.

7. Железняк, Д. М. Психолого-педагогические аспекты формирования самооценки у подростков / Д. М. Железняк // Universum: психология и образование. – 2025. – № 4-1(130). – С. 60-65.

8. Жихарева, Л. В. Взаимосвязь ясности образа Я и особенностей онлайн-самопрезентации личности подростков / Л. В. Жихарева, М. В. Корниенко, Э. У. Куркчи // Мир науки. Педагогика и психология. – 2024. – Т. 12, № 3. –С.1-9

9. Зайцева, Е. Д. Идентичность современной молодежи в онлайн-сообществе: реальность или обман? / Е. Д. Зайцева, В. С. Махотин // Цифровизация. – 2021. – Т. 2, № 1. – С. 15-26.

10. Изотова, Е. И. Цифровая идентичность личности: возрастные аспекты / Е. И. Изотова, А. А. Евсюкова // Цифровое воспитание: реалии и перспективы : Сборник материалов Международной научно-практической конференции, Москва, 15 сентября 2022 года. – Москва: Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования «Московский институт психоанализа», 2022. – С. 17-20.

11. Камбулова, М. С. влияние социальных сетей на самооценку подростков / М. С. Камбулова // Инновационная наука. – 2025. – Т. 2, № 1-2. – С. 154-155.

12. Маслодудова, Н. В. Самопрезентация визуальной идентичности в социальных сетях / Н. В. Маслодудова // Солидарное общество как идеал и проект: история и современность : Материалы Всероссийской научно-практической конференции, Уфа, 16 марта 2023 года / Отв. редакторы Р.Х. Лукманова, И.В. Фролова. – Уфа: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Уфимский университет науки и технологий", 2023. – С. 233-237.

13. Овчарова, Р. В. Самопрезентация личности подростков и юношей в социальной сети / Р. В. Овчарова // Общество: социология, психология, педагогика. – 2021. – № 3(83). – С. 74-79.

14. Осинцева, А. А. Адекватная самооценка как основа жизненного благополучия / А. А. Осинцева // Студенчество и наука: ступень к познанию : Материалы XXVI научной студенческой конференции, Куйбышев, 25 февраля 2022 года / Под редакцией О.А. Тарасовой. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2022. – С. 164-170.

15. Павлов, А. Л. Виртуальная реальность как инструмент самопрезентации современной молодежи / А. Л. Павлов // Ценностно-смысловые основания воспитания свободного человека : Сборник статей международной научно-практической конференции, посвященной 75-летию М.И. Рожкова, Ярославль, 09–10 сентября 2021 года. – Ярославль: Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2021. – С. 269-272.

16. Пойда, Е. Е. Проблемы самооценки / Е. Е. Пойда, П. Б. Мелешина // Формирование профессиональной направленности личности специалистов - путь к инновационному развитию России : Сборник статей IV Всероссийской научно-практической конференции, Пенза, 21 декабря 2022 года – 22 2023 года / Под редакцией А.В. Киевского. – Пенза: Пензенский государственный аграрный университет, 2022. – С. 153-157.

17. Полюшкевич, О. А. Репрезентация молодежи: приватное и публичное в социальных сетях / О. А. Полюшкевич // Диалоги о культуре и искусстве : материалы X Всероссийской научно-практической конференции (с международным участием), Пермь, 15–17 октября 2020 года. Том 2. – Пермь: Пермский государственный институт культуры, 2020. – С. 122-126.

18. Попова, В. А. Самопрезентация человека как проблема психологической науки / В. А. Попова // Высшее образование для XXI века:

Высшая школа России в условиях глобальных вызовов, рисков, угроз : Доклады и материалы XIX Международной научной конференции, Москва, 23–24 ноября 2023 года. – Москва: Московский гуманитарный университет, 2024. – С. 485-491.

19. Семкив, А. И. Идентичность человека в виртуальном пространстве / А. И. Семкив // Социальная реальность виртуального пространства : материалы II Международной научно-практической конференции, Иркутск, 21 сентября 2020 года. – Иркутск: Иркутский государственный университет, 2020. – С. 34-37.

20. Сергеев, С. Н. Исследование самооценки личности / С. Н. Сергеев, И. С. Бондарь // Нравственность, гражданственность, патриотизм - основа современного образования : Сборник статей Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. В 2-х частях, Омск, 01–02 декабря 2022 года / Под редакцией Е.В. Лопановой. Том Часть 1. – Омск: Омская гуманитарная академия, 2023. – С. 116-121.

21. Соколова, Е. А. Научные подходы к проблеме самопрезентации личности / Е. А. Соколова // Теоретическая и прикладная психология: традиции и перспективы : Материалы XV Всероссийской молодёжной научно-практической конференции, Чита, 28 апреля 2023 года / Ответственный редактор С.Б. Дагбаева. – Чита: Забайкальский государственный университет, 2023. – С. 186-189.

22. Тихонов, О. В. Виртуальная идентичность: аспект визуальной самопрезентации индивида в пространстве социальных сетей / О. В. Тихонов // Вестник экономики, права и социологии. – 2022. – № 3. – С. 133-135.

23. Удачина, П. Ю. Связь представлений об успехе и уровня самооценки у современных подростков / П. Ю. Удачина, Д. А. Марьяненко // Проблемы современного педагогического образования. – 2025. – № 88-1. – С. 485-489.

24. Ульябаева, Г. Ш. Самооценка - что это такое: понятие, структура, виды и уровни. Коррекция самооценки / Г. Ш. Ульябаева, Д. М. Шакирова // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2019. – № 5-1(33). – С. 389-392.

25. Хуснутдинова, М. Р. От самопрезентации к самопроявлению: стратегии подростков видеоблогеров в социальных сетях / М. Р. Хуснутдинова, Т. А. Посакалова // Ойкумена. Регионоведческие исследования. – 2023. – № 1(64). – С. 127-136.

26. Черепахина, В. Э. К проблеме изучения самооценки в психологии / В. Э. Черепахина // Психология особых состояний: от теории к практике : материалы IV Всероссийской научно-практической конференции студентов, магистрантов и аспирантов, Красноярск, 15 апреля 2021 года / Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева. – Красноярск: Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2021. – С. 59-61.

27. Чижова, К. О. Проблема развития самооценки в психологической науке / К. О. Чижова // Молодежь XXI века: образование, наука, инновации : Материалы VIII Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием. В 2-х частях, Новосибирск, 04–06 декабря 2019 года / Под редакцией А.В. Осинцевой. Том Часть 1. – Новосибирск: Новосибирский государственный педагогический университет, 2019. – С. 127-128.

28. Чирипова, А. В. Гендерные особенности самооценки у подростков и её влияние на их учебную деятельность / А. В. Чирипова, Т. Ц. Тудупова // Вестник науки. – 2023. – Т. 1, № 12(69). – С. 733-740.

29. Шамшетдинова, Е. Э. Р. Социальные сети как медиатизированная форма повседневного существования молодежи / Е. Э. Р. Шамшетдинова, Е. И. Кузнецова // Трансформация информационно-коммуникативной среды общества в условиях вызовов современности : Материалы II Международной

научно-практической конференции молодых учёных, Комсомольск-на-Амуре, 30 ноября – 01 2023 года. – Комсомольск-на-Амуре: Комсомольский-на-Амуре государственный университет, 2023. – С. 240-243.