

ИССЛЕДОВАНИЕ МОДЕЛЕЙ СПОРТИВНОЙ УСПЕШНОСТИ НА ОСНОВЕ ВЫЯВЛЕННЫХ ВАРИАНТОВ СООТНОШЕНИЯ КОНСТРУКТОВ САМООЦЕНКИ И ПРИТЯЗАНИЙ

В. А. Сохликова

ФГБУ Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации ФМБА России, отдел медико-психологического обеспечения спортсменов сборных команд РФ, Москва, Россия

Аннотация. Статья посвящена проблеме достижения успешности в спорте высших достижений. Автор на основе теоретического анализа и эмпирических исследований показывает психологические причины и условия успешности, а также идентифицирует факторы риска неблагоприятного влияния на деятельность спортсмена. На основе изучения конструктов самооценки высококвалифицированных спортсменов, их притязаний и личностных особенностей автором установлено, что только оптимальный уровень согласованности параметров самооценки и притязаний приводит к успеху, а их рассогласованность – низкая самооценка и высокие неадекватные притязания – приводит к психической дезадаптации, одной из ее форм которой является диссоциативный комплекс «Триада риска», мешающий спортсменам добиваться успеха. В качестве важной исследовательской задачи автором была предпринята попытка выделить модели спортивной успешности на основе выявленных вариантов соотношения конструктов самооценки и притязаний, охватывающее разные взаимосвязи рассогласования (дивергенции) указанных измерений самооценки с личностными особенностями спортсменов. Данные, полученные в эмпирическом исследовании, подчеркивают значимость соотношения оценки себя и притязаний в качестве важных переменных успешного выступления высококвалифицированных спортсменов на соревнованиях. Данное направление исследования дополняется подробным анализом и описанием проявления личностных особенностей таких как мотивация, уровень тревожности, направленность локуса контроля с позиций успешности-неуспешности высококвалифицированных спортсменов.

Ключевые слова: психологическая модель, саморегуляция, самокомпенсация, самоорганизация, величина дивергенции, самооценка, уровень притязаний, тревожность.

Для цитирования: Сохликова В. А. Исследование моделей спортивной успешности на основе выявленных вариантов соотношения конструктов самооценки и притязаний // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2021. Т. 1. № 1. С. 71–77.

RESEARCH OF MODELS OF SPORTS SUCCESS BASED ON THE IDENTIFIED VARIANTS OF RELATIONSHIP OF CONSTRUCTIONS OF SELF-ASSESSMENT AND LEVEL OF ASPIRATIONS

V. A. Sokhlikova

Federal Research and Clinical Center of Sports Medicine and Rehabilitation of Federal Medical Biological Agency, Department of medical-psychological support of sports national teams
Moscow, Russia

Abstract: The article is devoted to the problem of achieving success in sports of the highest achievements. The author, based on theoretical analysis and empirical studies, shows the psychological causes and conditions of success, as well as identifies risk factors for adverse effects on the athlete's activities.

Based on the study of self-assessment constructs of highly qualified athletes, their claims and personal characteristics, the author established that only the optimal level of consistency of self-assessment parameters and claims leads to success, and their inconsistency – low self-esteem and high inadequate claims – leads to mental maladaptation, one of its forms of which is the dissociative complex “Risk Triad,” which prevents athletes from achieving success.

As an important research task, the author attempted to distinguish sports success models based on the identified variants of the relationship of self-esteem constructs and claims, covering different relationships of mismatch (divergence) of these self-esteem measurements with the personal characteristics of athletes. The data obtained in the empirical study emphasize the significance of the ratio of self-assessment and claims as important variables for the successful performance of highly qualified athletes in competitions.

This area of research is supplemented by a detailed analysis and description of the manifestation of personal features such as motivation, level of anxiety, orientation of the control locus from the points of view of success-failure of highly qualified athletes.

Keywords: psychological model, self-regulation, self-compensation, self-organization, the magnitude of divergence, self-esteem, the level of aspirations, anxiety.

For citation: Sokhlikova V. A. Research of models of sports success based on the identified variants of relationship of constructions of self-assessment and level of aspirations// Current issues of sports psychology and pedagogy. 2021. Vol. 1, No. 1–2. P. 71–77.

Актуальность исследования. Ведущей тенденцией в современном обществе становится всевозрастающий интерес к олимпийскому движению, к атлетам, способным достичь наивысших результатов, к средствам и методам подготовки спортсменов высокого уровня. Изучение психологических причин и условий успешности выступления

спортсменов, с одной стороны, и идентификация факторов риска неблагоприятного влияния на деятельность спортсмена, с другой, находится в фокусе пристального внимания многих ученых и в России [1, 2, 3, 4, 5, 6] и за рубежом [7, 8, 9, 10]. При этом в отечественной науке указанные вопросы остаются, на наш взгляд, малоизученными, что отражается, прежде всего, в отсутствии эффективной и научно обоснованной системы профилактики спада успешности выступления спортсменов, предусматривающей, в частности, формирование специальных комплексных программ [11].

Цель работы – разработать модели разной спортивной успешности на основе выявленных вариантов соотношений уровней самооценки и притязаний во взаимосвязи с мотивационными и индивидуально-психологическими особенностями спортсменов высокой квалификации.

Методы и организация работы исследования. В исследовании принял участие 101 респондент из них: мужчины – 55, женщины – 46, от 17 до 28 лет, имеющие спортивную квалификацию МС и МСМК России, входящих в состав национальных сборных команд, а также – призер Олимпийских игр, призеры чемпионатов Мира, победители и призеры чемпионата Европы, победители и призеры чемпионатов России.

Методы исследования. 1) Методика Дембо-Рубинштейн (А.М.Прихожан); 2) Опросники «Большая Пятерка» (Costa, McCrae), реализованные в программном обеспечении «Maintest4»; 3) «Уровень субъективного контроля» (Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкин, А.М. Эткинд);

4) «Мотивы спортивной деятельности» (Е.А. Калинин); 5) «Моторная проба» Шварцландера в варианте В.И. Буянова и И.Б. Буяновой; 6) Клиническая беседа; 7) Метод экспертной оценки; 8) Анализ спортивных достижений (индекс результативности спортсменов, в соответствии с «Единой всероссийской классификацией»); 9) Методы математической статистики обработки результатов исследования.

Результаты. В процессе изучения самооценки и уровня притязаний у 101 представителя спорта высших достижений степени были выделены четыре типических сочетания (комбинации). Установленные их качественно-количественные различия позволили рассмотреть каждого спортсмена с позиции наличия или отсутствия успешного выступления на соревнованиях, а также факторов риска, и их влияния на спортивную деятельность.

На основании эмпирических результатов было построено несколько факторных моделей, основанных на 3 типах успешности выступления спортсменов: (а) успешно выступающие спортсмены; (б) спортсмены, неустойчиво показывающие результат; и (с) неуспешно выступающие спортсмены. Выбирая наиболее информативные модели, мы остановились на 2-х трехфакторных моделях (Рис.1). Основное различие между моделями определяется наличием фактора успешности-неуспешности выступления, а также величиной рассогласования конструкторов самооценки и притязаний.



Рисунок 1. Модели успешности выступления высококвалифицированных спортсменов основанные на 4х типических комбинациях

Выводы: Выделение первой модели (тип «Чемпионы»), основанной на оптимальном сочетании самооценки и уровня притязаний сопряженной с показателями спортивной результативности подтвердило наличие у таких спортсменов способности к самоконтролю, самокомпенсации и самоорганизации с опорой на внутренние критерии, мотивационную направленность на самосовершенствование, и соперничество, а также адекватную реакцию на успех и на неудачи [12].

Выявление второй модели (тип «Побежденные») свидетельствует о том, что у высококвалифицированных спортсменов этого типа обнаруживается диссоциативный комплекс параметров отдельных психических образований «Триада риска». И они нуждаются в психо-коррекционной работе, поскольку наличие избыточно высокой мотивации и внешнего локуса контроля повышает уровень тревожности и нередко приводит спортсмена к демонстрации достижений ниже возможностей и ожидаемого результата. Присущая этому типу спортсмена непереносимость монотонии требует особого отношения со стороны тренера и установок определенного рода у самого спортсмена.

Заключение. Проведенное исследование вносит вклад в понимание феномена самооценки и уровня притязаний. Структура самооценки и притязаний имеет смысловые связи, определяющие также регуляцию самой деятельности спортсмена. Нам удалось выделить важные характеристики расхождения описанных конфигураций, обладающие различной структурой при оценке себя и обосновании уровня притязаний.

Для последующих исследований интерес представляет глубокий анализ диссоциативного комплекса параметров отдельных психических образований «Триада риска» с целью купирования неблагоприятных изменений в деятельности высококвалифицированного спортсмена. Такой подход позволяет быстро обнаруживать «узкие

места» и скрытые ошибки в структуре психологической подготовки спортсмена, которые до определенного времени могут никак себя не проявлять, и скорректировать соотношение самооценки и уровня притязаний еще до их негативного проявления в спортивной деятельности и предотвратить возникновение необратимых изменений из-за неблагоприятного сочетания данных параметров.

На основании полученных результатов разработаны специальные комплексные программы первичной профилактики развития неблагоприятных ситуаций в спортивной деятельности для работы с разными группами спортсменов. Для удобства использования рекомендации по психологическим мероприятиям разделены по модулям, соответствующим типовым комбинациям: I модуль – Типовая комбинация: расхождение самооценки и притязаний очень сильное, самооценка низкая; II модуль – Типовая комбинация: расхождение самооценки и притязаний сильное и очень сильное, уровень притязаний сверхвысокий; III модуль – Типовая комбинация: расхождение самооценки и притязаний сильное, самооценка и притязания имеют неадекватные параметры.

Список литературы

1. Дашкевич, О. В. Психологический анализ предметной неадекватности эмоционального компонента спортивной деятельности // Психология личности и деятельности спортсмена : сб. ст. / под общ. ред. В. М. Мельникова, О. В. Дашкевича. М. : Союзспортбеспечение, 1981. С. 40–50.
2. Лозовая, Г. В. Методологические проблемы изучения самооценки личности // Ежегодник Российского психологического общества : материалы 3-го Всерос. съезда психологов, 25–28 июня 2003 г. СПб., 2003. Т. 5. С. 67–70.
3. Распопова, А. С. Личностные детерминанты перфекционизма в спорте: возрастной аспект // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2016. Т. 1, № 1. С. 203–206.
4. Плашко, Р. В. Динамика изменений некоторых личностных особенностей у студентов ГАФК // Психологические основы педагогической деятельности : материалы 28-й науч. конф. СПб. ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. СПб., 2001. С. 91–92.
5. Жилин, С. В. Особенности Я-концепции личности спортсменов : автореф. дис.... канд. психол. наук. СПб., 2003. 16 с.
6. Кузьменко, Г. А. Технология интеллектуального развития подростков в детско-юношеском спорте. М. : МПГУ, 2017. 458 с.4.
7. Matmask, E. A., Ozrudi, M. F. A Survey of Self-esteem among Successful and Unsuccessful Student Athletes and this relationship by Achievement Motivation. DOI <https://doi.org/10.30472/aejs.v3i1.100> // Asian Exercise and Sport Science Journal. 2019. Vol. 3, Iss. 1. P. 2588–4832.
8. Koivulaa, N., Hassménab, P., Fallby, J. Self-esteem and perfectionism in elite athletes: effects on competitive anxiety and self-confidence. DOI [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00092-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00092-7) // Personality and Individual Differences. 2002. Vol. 32, Iss. 5. P. 865–875.
9. Nideffer, R. M. Assessment in Sport Psychology. Morgantown? Fitness Information Technology, 2001. 220 p.
10. Self-evaluation of skills and performance level in youth elite soccer: Are positive self-evaluations always positive? DOI <http://dx.doi.org/10.1037/spy0000094> / E. Hofseth [et al.] // Sport, Exercise, and Performance Psychology. 2017. Vol. 6, Iss.4. P. 370–383.
11. Сохликова В. А. Психологические модели успешности выступления высококвалифицированных спортсменов на основе самооценки и уровня притязания : автореф. дис.... канд. психолог. наук. М., 2020. 22 с.

12. Sokhlikova, V. A. Divergence of the self-assessment and level of aspirations as important variable of the successful performance at competitions // Спортивный психолог. 2018. № 4. С. 8–12. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=38304169> (accessed: 06.09.2021).

References

1. Dashkevich, O. V. (1981). *Psikhologicheskiy analiz predmetnoy neadekvatnosti emotsionalnogo komponenta sportivnoy deyatel'nosti* [Psychological Analysis of the Inadequacy of the Emotional Component of Sport Activity]. In V. M. Melnikova, & O. V. Dashkevich (Eds.), *Psikhologiya lichnosti i deyatel'nosti sportsmena* [Psychology of Personality and Activity of an Athlete] (pp. 40–50). Soyuzsportobespechenie. (In Russian).
2. Zhilin, S. V. (2003). *Osobennosti YA-kontseptsii lichnosti sportsmenov* [Peculiarities of Self-Concept of the Personality of Athletes] [PhD, Lesgaft University]. The collection of Abstracts dissertations of The Russian State Library. (In Russian).
3. Kuzmenko, G. A. (2017). *Tekhnologiya intellektualnogo razvitiya podrostkov v detsko-yunosheskom sporte* [Technology of intellectual development of teenagers in children's and youth sports]. Moscow Pedagogical State University. (In Russian).
4. Lozovaya, G. V. (2003). *Metodologicheskie problemy izucheniya samootsenki lichnosti* [Methodological Problems of Studying the Self-Assessment of the Individual]. In *Ezhegodnik Rossiiskogo psikhologicheskogo obshchestva: Tom 5* [Yearbook of the Russian Psychological Society: Vol. 5] (pp. 67–70). St Petersburg University. (In Russian).
5. Plashko, R. V. (2001). *Dinamika izmenenii nekotorykh lichnostnykh osobennostei u studentov GAFK* [Dynamics of Changes in Some Personal Characteristics of Students of GAFK]. In *Psikhologicheskiye osnovy pedagogicheskoy deyatel'nosti* [Psychological Foundations of Pedagogical Activity] (pp. 91–92). Lesgaft University. (In Russian).
6. Raspopova, A. S. (2016). *Lichnostnye determinanty perfektsionizma v sporte: vozrastnoi aspekt* [Personal Determinants of Perfectionism in Sports: Age Aspect]. In *Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teoriya i praktika realizatsii: Tom 1* [Resources of Athletes' Competitiveness: Theory and Practice of Implementation: Vol. 1] (pp. 203–206). Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism. (In Russian).
7. Sokhlikova, V. A. (2020). *Psikhologicheskie modeli uspekhov vystupleniya vysokokvalifitsirovannykh sportsmenov na osnove samootsenki i urovnya prityazaniya* [Psychological Models of the Success of the Performance of Highly Qualified Athletes Based on Self-Esteem and the Level of Pretension] [PhD, Russian State University of Physical Culture, Sports, Youth and Tourism]. The Collection of Abstracts Dissertations of The Russian State Library. (In Russian).
8. Hofseth, E., Toering, T., Jordet, G., & Ivarsson, A. (2017). Self-evaluation of Skills and Performance Level in Youth Elite Soccer: Are Positive Self-Evaluations Always Positive? *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 6(4), 370–383.
9. Koivulaa, N., Hassménab, P., Fallby, J. (2002). Self-esteem and perfectionism in elite athletes: effects on competitive anxiety and self-confidence. *Personality and Individual Differences*, 32(5), 865–875. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00092-7](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00092-7).
10. Matmask, E. A., & Ozrudi, M. F. (2019). Survey of Self-esteem among Successful and Unsuccessful Student Athletes and this Relationship by Achievement Motivation. *Asian Exercise and Sport Science Journal*, 3(1), 2588–4832.
11. Nideffer, R. M., & Sagal, M. S. (2001). *Assessment in Sport Psychology*. Fitness Information Technology.
12. Sokhlikova, V. A., & Romanina, E. V. (2018). Divergence of the self-assessment and level of aspirations as important variable of the successful performance at competitions. *Sport psychologist*, 4(51), 8–12.

Информация об авторе / Information about the author

Сохликова Валерия Александровна – кандидат психологических наук, психолог ФГБУ Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации, ФМБА России, отдел медико-психологического обеспечения спортсменов сборных команд; valeria-moskva@mail.ru

Sokhlikova Valeria Alexandrovna – PhD (Psychology), Federal Research and Clinical Center of Sports Medicine and Rehabilitation of Federal Medical Biological Agency, Department of medical-psychological support of sports national; valeria-moskva@mail.ru

Рукопись поступила в редакцию / Received: 15.06.2021

Принята к публикации / Accepted: 21.07.2021