

ОСОБЕННОСТИ УВЕРЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

DOI: 10.25629/НС.2021.10.14

Безрядин Я.Ю.

Рязанский государственный университет имени С.А. Есенина

Аннотация. В статье рассматриваются особенности проявления уверенности спортсменами-кикбоккерами высокой квалификации как свойства их личности. Обоснована значимость и актуальность изучения уверенности спортсменов с целью повышения результативности и продуктивности их спортивной деятельности, развития более гармоничной личности. Обозначен методологический аппарат реализованного исследования. В качестве объекта выступала волевая саморегуляция личности спортсменов, а предмета – особенности проявления уверенности спортсменами-кикбоккерами высокой квалификации. Задача исследования была сформулирована следующим образом: выявление и описание особенностей проявления и психологической структуры уверенности спортсменов высокой квалификации. Описан системно-функциональный подход к анализу свойств личности и индивидуальности, в русле которого уверенность спортсменов высокой квалификации рассматривалась как функциональная целостность ее содержательно-смысловых (целевых, мотивационных, когнитивных, продуктивных) и инструментально-стилевых (динамических, эмоциональных, регулятивных, рефлексивно-оценочных) составляющих. Представлены результаты эмпирического изучения уверенности спортсменов. Решена поставленная задача: раскрыты особенности практического осуществления спортсменами уверенного поведения, а также функциональная организация различных составляющих их уверенности как системного свойства личности, что позволяет всесторонне оценить эту черту их личности и определить действенные пути ее дальнейшего развития и совершенствования.

Ключевые слова: свойство личности, спортсмены, уверенность, системно-функциональный подход, содержательно-смысловая и инструментально-стилевая подсистемы, особенности, психологическая структура.

Введение в проблему

Достижение наивысших результатов – базовая и основная цель спорта [15].

Успешность и результативность спортивной деятельности, осуществляемой в стрессовых условиях, связанных, с как возможностью получения серьезной травмы, так и необходимостью действовать на пределе физических и психологических возможностей, определяется не только уровнем общей и спортивной подготовки, но личностными качествами спортсменов, среди которых особое значение имеют волевые свойства [4, 13, 24].

Уверенность, проявляющаяся в качестве позитивной оценки собственных навыков и способностей как достаточных для достижения значимых целей [1], что позволяет для получения значимого результата предъявлять требования, как к себе, так и к социальному окружению [16], представляет собой постоянный компонент воли спортсмена, обуславливающий эффективность его спортивной деятельности [17].

Краткий обзор исследований (литературы)

К настоящему моменту с позиций системно-функционального подхода изучены возрастные особенности уверенности [23], ее этнопсихологическая [3, 18, 20] и профессиональная специфика реализации [14], типы проявления [5, 11], связи с темпераментом [10], мотивацией [19], особенностями самореализации [21], уровнем самоактуализации и эффективностью профессиональной деятельности [5], процессом адаптации в вузе [2] и адаптивностью [25].

В последнее время появились работы, в которых рассматриваются особенности структурной организации составляющих уверенности профессиональных и непрофессиональных спортсменов (в этой работе крайне небольшая выборка – 61 человек) [22].

Вместе с тем особенности уверенности спортсменов-кикбоксеров высокой квалификации, столь необходимой им для достижения высоких спортивных результатов, не были предметом специального изучения.

Цель исследования

- выявление и описание особенностей проявления и психологической структуры уверенности спортсменов высокой квалификации.

В качестве объекта исследования выступала волевая саморегуляция личности спортсменов, а предмета – особенности проявления уверенности спортсменами-кикбоксерами высокой квалификации.

Организация исследования

Исследование проведено на выборке 204 спортсменов-кикбоксеров высокой квалификации в возрасте от 18 лет до 21 года.

Методы (методики) исследования

Изучение особенностей проявления уверенности спортсменами было осуществлено с позиций системно-функционального подхода к исследованию свойств личности и индивидуальности А.И. Крупнова.

В рамках указанного подхода уверенность рассматривается как базовое свойство личности, отражающее основные параметры ее психической организации [9], которое реализуется в деятельности ради определенных (общественно или личностно значимых) целей (целевой компонент), побуждается социоцентрическими или эгоцентрическими мотивами (мотивационный компонент), по-разному осмысливается и осознается (когнитивный компонент), завершается достижением конкретных результатов в различных сферах (продуктивный компонент), обладает силой и стабильностью проявления (динамический компонент), эмоционально переживается (эмоциональный компонент) и регулируется (регуляторный компонент). Кроме того, осуществляется оценка трудностей, осложняющих процесс его реализации (рефлексивно-оценочный компонент). Целевой, мотивационный, когнитивный и продуктивный компоненты составляют содержательно-смысловую подсистему свойства личности, обусловленную в большей степени социальным окружением и условиями воспитания, а динамический, эмоциональный, регуляторный и рефлексивно-оценочный компоненты – инструментально-стилевую подсистему, связанную с врожденными особенностями нервной системы и темперамента [6,7,8].

Для эмпирического изучения особенностей проявления уверенности спортсменов был использован бланковый тест «Уверенность» А.И. Крупнова.

Статистическая обработка полученных данных проводилась с использованием пакета SPSS for Windows 20.0. Определение доминирующих признаков осуществлялось с помощью t-критерия Стьюдента для несвязанных выборок, в качестве которых выступали показатели составляющих внутри каждого из компонентов личностного свойства. Функциональные взаимосвязи различных составляющих личностной уверенности спортсменов были определены благодаря расчету коэффициента ранговой корреляции Спирмена, а психологическая структура была обнаружена при помощи применения факторного анализа показателей различных составляющих уверенности методом главных компонент, вращение Varimax.

Результаты и их обсуждение.

Рассмотрим особенности проявления уверенности спортсменами-кикбоксерами высокой квалификации.

Анализ выраженности различных составляющих их личностной уверенности позволил заключить, что содержательно-смысловая подсистема уверенности этих спортсменов характеризуется доминированием осмысленности и отсутствием значимых различий между составляющими установочно-целевого, мотивационного и продуктивного компонентов, а инструментально-стилевая – преобладанием энергичности, стеничности, интернальности и низкими показателями обеих рефлексивно-оценочных составляющих (табл. 1).

Таблица 1 – Особенности уверенности спортсменов высокой квалификации (n=204)

Блок	Компоненты	Составляющие	Средние значения	t-критерий Стьюдента	Значимость различий /p/
Содержательно-смысловой	Установочно-целевой	Общественно значимые цели	36,2892	-,840	,401
		Личностно значимые цели	37,0637		
	Мотивационный	Социоцентричность	35,8284	-,892	,373
		Эгоцентричность	36,7059		
	Когнитивный	Осмысленность	36,3824	6,393	,000
		Осведомленность	29,0294		
Продуктивный	Предметность	36,3971	,512	,609	
	Субъектность	35,8873			
Инструментально-стилевой	Динамический	Энергичность	34,8725	4,713	,000
		Аэнергичность	29,7206		
	Эмоциональный	Стеничность	31,5931	5,965	,000
		Астеничность	22,4216		
	Регуляторный	Интернальность	34,4461	5,306	,000
		Экстернальность	28,3382		
Рефлексивно-оценочный	Операциональные трудности	18,6941	1,454	,147	
	Эмоционально-личностные трудности	16,6345			

Примечания: достоверные различия выделены жирным шрифтом

Полученные данные свидетельствуют о том, что уверенность спортсменов характеризуется четким осознанием ее важности и необходимости для достижения успеха в жизни, постоянством проявления и высокой вариативностью способов реализации в различных ситуациях, положительным эмоциональным фоном, интернальной саморегуляцией и отсутствием особых операциональных и эмоциональных проблем и трудностей.

Вместе с тем, спортсмены высокой квалификации действуют уверенно, практически в равной степени, как ради достижения социально значимых целей, мотивов и результатов, так и личных, эгоистических интересов, стремлений и достижений. Эта особенность уверенности спортсменов может указывать на определенную несформированность ее содержательных характеристик, необходимых для более успешных и решительных действий.

В корреляционной структуре уверенности спортсменов обнаружено 101 статистически значимая связь, среди которых 28 – между переменными внутри содержательно-смыслового, 23 – инструментально-стилевого блоков и 50 межаспектных корреляций.

Все содержательно-смысловые составляющие уверенности спортсменов оказались положительно взаимосвязаны между собой (табл. 2), что подчеркивает, кроме их важности и взаимопределенности, общие функциональные закономерности в реализации спортсменами волевых свойств личности [12].

Внутри инструментально-стилевой подсистемы уверенности спортсменов обнаружили три группы связей: положительные корреляции внутри каждого из компонентов; положительные взаимосвязи энергичности, стеничности, интернальности и экстернальности, которые также прямо коррелируют с астеничностью; отрицательные корреляции операциональных и эмоционально-личностных трудностей с обеими динамическими и регуляторными составляющими, а также со стеничностью (табл. 3).

Таблица 2 – Корреляции содержательно-смысловых составляющих уверенности спортсменов высокой квалификации (n=204)

Компоненты	Составляющие	Общественно значимые цели	Личностно значимые цели	Социоцентричность	Эгоцентричность	Осмысленность	Осведомленность	Предметность	Субъектность
Установочно-целевой	Общественно значимые цели	1,000	,769**	,831**	,746**	,861**	,409**	,825**	,816**
	Личностно значимые цели		1,000	,802**	,840**	,766**	,309**	,762**	,774**
Мотивационный	Социоцентричность			1,000	,846**	,849**	,374**	,852**	,822**
	Эгоцентричность				1,000	,762**	,279**	,809**	,795**
Когнитивный	Осмысленность					1,000	,305**	,878**	,850**
	Осведомленность						1,000	,306**	,360**
Продуктивный	Предметность							1,000	,876**
	Субъектность								1,000

Примечание: статистически значимые корреляции выделены **

Таблица 3. Корреляции инструментально-стилевых составляющих уверенности спортсменов высокой квалификации (n=204)

Компоненты	Составляющие	Энергичность	Аэнергичность	Стеничность	Астеничность	Интернальность	Экстернальность	Операциональные трудности	Эмоционально-личностные трудности
Динамический	Энергичность	1,000	,535**	,399**	,137	,756**	,481**	-,652**	-,672**
	Аэнергичность		1,000	,004	,442**	,599**	,792**	-,453**	-,318**
Эмоциональный	Стеничность			1,000	,331**	,328**	-,069	-,295**	-,403**
	Астеничность				1,000	,226**	,467**	-,003	,061
Регуляторный	Интернальность					1,000	,590**	-,636**	-,642**
	Экстернальность						1,000	-,290**	-,213**
Рефлексивно-оценочный	Операциональные трудности							1,000	,868**
	Личностные трудности								1,000

Примечание: статистически значимые корреляции выделены **

Обнаруженные связи указывают на некоторую функциональную несбалансированность их уверенного поведения, которая проявляется в сочетании искренней готовности пойти на риск, действовать смело и напористо с некоторой осторожностью, склонностью пересматривать свои решения в сложных ситуациях, во взаимовлиянии и возможности одновременного возникновения сильных и глубоких стенических и астенических эмоций, а также в размытом логике самоконтроля. При этом, чем большим количеством навыков реализации уверенности они научатся, чем больше способов эмоциональной саморегуляции смогут выработать и воспитать в себе, тем проще и легче им будет вести себя решительно и уверенно, принимая на себя полноту ответственности.

Анализ кросскорреляций различных составляющих уверенности спортсменов показал, что энергичность, аэнергичность, стеничность и интернальность положительно связаны со всеми

содержательно-смысловыми характеристиками, а операциональные и эмоционально личностные трудности связаны с ними отрицательно. При этом астеничность и экстернальность прямо коррелируют с осведомленностью (табл. 4).

Подобное распределение связей свидетельствует о том, расширение спектра целей и мотивов решительных действий и поступков спортсменов высокой квалификации, а также перечня желаемых результатов и достижений, более точная самооценка своих личностных особенностей позволит повысить силу и интенсивность их стремления к проявлению уверенности, нормализовать эмоциональный фон, более тщательно и внимательно регулировать свое поведение, выработать более действенные навыки практического осуществления уверенности и уменьшить и без того нечастые переживания тревожности и раздражительности.

Таблица 4 – Корреляции инструментально-стилевых и содержательно-смысловых составляющих уверенности спортсменов высокой квалификации (n=204)

Компоненты	Компоненты	Динамический		Эмоциональный		Регуляторный		Рефлексивно-оценочный	
		Энергичность	Аэнергичность	Стеничность	Астеничность	Интернальность	Экстернальность	Операциональные трудности	Эмоционально-личностные трудности
Установочно-целевой	Общественно значимые цели	,711**	,342**	,558**	,016	,674**	,248**	-,700**	-,745**
	Личностно значимые цели	,562**	,245**	,567**	-,003	,562**	,166*	-,683**	-,705**
Мотивационный	Социоцентричность	,649**	,317**	,629**	,065	,624**	,187**	-,704**	-,733**
	Эгоцентричность	,580**	,220**	,662**	,071	,517**	,145*	-,607**	-,662**
Когнитивный	Осмысленность	,711**	,283**	,598**	-,015	,635**	,152*	-,691**	-,775**
	Осведомленность	,591**	,709**	,091	,440**	,707**	,741**	-,502**	-,377**
Продуктивный	Предметность	,689**	,249**	,695**	,020	,614**	,127	-,672**	-,768**
	Субъектность	,669**	,273**	,630**	-,017	,603**	,171*	-,713**	-,758**

Примечание: статистически значимые корреляции выделены **

Психологическую структуру уверенности спортсменов составили три фактора (табл. 5).

Первый, продуктивный фактор, наполненный обеими продуктивными (с наибольшими факторными значениями), установочно-целевыми, мотивационными и рефлексивно-оценочными (с отрицательным знаком) составляющими, а также осмысленностью, энергичностью и интернальностью, свидетельствует об осознанности, энергичности, мотивированности и активной саморегуляции уверенных действий и поступков спортсменов высокой квалификации, осуществляемых без особых операциональных и эмоциональных проблем и нацеленных на достижение как субъективно, так и социально значимых результатов.

Таблица 5 – Факторная структура уверенности спортсменов высокой квалификации (n=204)

Блок	Компоненты	Составляющие	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3
Содержательно-смысловой	Установочно-целевой	Общественно значимые цели	,874	,143	,051
		Личностно значимые цели	,841	,082	,060
	Мотивационный	Социоцентричность	,860	,125	,144
		Эгоцентричность	,823	,045	,253
	Когнитивный	Осмысленность	,851	,101	,093
		Осведомленность	,316	,823	,011
	Продуктивный	Предметность	,888	,088	,165
		Субъектность	,883	,157	,057
Инструментально-стилевой	Динамический	Энергичность	,732	,308	,043
		Аэнергичность	,218	,866	-,020
	Эмоциональный	Стеничность	,323	-,220	,888
		Астеничность	-,178	,491	,720
	Регуляторный	Интернальность	,701	,411	,054
		Экстернальность	,065	,918	-,033
	Рефлексивно-оценочный	Операциональные трудности	-,783	-,214	,180
		Эмоционально-личностные трудности	-,814	-,105	,131

Примечание: значимые факторные веса выделены жирным шрифтом

Второй, экстернально-аэнергичный фактор, который составили экстернальность и аэнергичность со значимыми факторными нагрузками и осведомленность, подчеркивает, что нежелание принимать ответственность на себя и недооценка важности проявления уверенности резко сокращали возможности ее реализации спортсменами.

Третий, эмоциональный фактор, вобравший в себя обе составляющие эмоционального компонента с максимальными факторными весами, указывает на важную роль и тесную взаимосвязь позитивных и негативных эмоциональных переживаний при реализации спортсменами уверенного поведения.

Выводы и заключение

Таким образом, в статье раскрыты особенности практического осуществления спортсменами уверенного поведения, а также функциональная организация различных составляющих их уверенности как системного свойства личности, что позволяет всесторонне оценить эту черту их личности и определить действенные пути ее дальнейшего развития и совершенствования.

Решительные и рискованные действия и поступки спортсменов высокой квалификации характеризуются адекватным восприятием собственных сил и возможностей, разнообразием приемов и способов практического осуществления, стеничностью эмоций, активным самоконтролем, а также отсутствием операциональных трудностей и эмоциональных проблем.

При этом, несмотря на высокий уровень осознанности, мотивированности, активности и результативности своих уверенных действий, эффективность способов саморегуляции и реализации, а также отсутствие переживаний тревоги и беспокойства, спортсмены склонны избегать рискованных ситуаций при возможности снять с себя ответственность за происходящее. Кроме того, процесс реализации ими уверенного поведения характеризуется тесной взаимосвязью позитивных и негативных эмоциональных переживаний.

Развитие уверенности как свойства личности спортсменов возможно за счет совершенствования ее смыслового наполнения. В частности, большей силе и интенсивности их стремления к уверенным действиям, нормализации при этом эмоционального состояния, повышению уровня активности внутренней саморегуляции, воспитанию необходимых для осуществления уверенности волевых привычек и навыков, а также снижению тревожности и раздражительности будет

способствовать большая вариативность целеполагания, разнообразие мотивов уверенного поведения, более точное восприятие своих личностных особенностей и, особенно, более адекватная оценка результатов, которые возможно достигнуть благодаря проявлению уверенности.

Библиография

1. Абульханова-Славская К.А. Особенности типологического подхода и метода исследования личности // Принцип системности в психологических исследованиях. - М.: Наука, 1990. С. 18-25.
2. Акимова А.Р. Особенности уверенности и общительности студентов на разных этапах социально-психологической адаптации в вузе: автореф. дис. ... канд. психол. наук / А.Р. Акимова; Рос. ун-т дружбы народов. - Москва, 2010. - 22 с.
3. Бойко З.В. Этнопсихологические особенности уверенности у различных групп студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / З.В. Бойко; Рос. ун-т дружбы народов. - Москва, 2009. - 22 с.
4. Жихарев Д.Ю. Диагностика и формирование волевой саморегуляции юных боксеров в условиях детской юношеской спортивной школы : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Д.Ю. Жихарев; Сев.-Кавказ. гос. техн. ун-т. - Ставрополь, 2007. - 25 с.
5. Замалдинова Г.Н. Соотношение индивидуально-типических особенностей уверенности с уровнем самоактуализации сотрудников коммерческих организаций: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Г.Н. Замалдинова; Рос. ун-т дружбы народов. - Москва, 2011. - 26 с.
6. Крупнов А.И. Системная структура черт личности // Проблемы современного высшего образования: материалы Международной научно-практ. конференции. Ч. 2. - М., 2002.
7. Крупнов А.И. Системная структура образования и свойств личности // Психолого-педагогический поиск. - 2008. - № 7. - С. 124-127.
8. Крупнов А.И. Системно - диспозиционный подход к изучению личности и ее свойств // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. - 2006. - № 1 (3). - С. 63-73.
9. Крупнов А.И., Селиверстова М.А. Психологическая структура уверенности личности // Индивидуальные различия и проблема индивидуальности : материалы Междунар. науч.-практ. конф. (16—18 окт. 2003 г.). - М.: Уникум-Центр, 2003. — С. 308—311.)
10. Ленюшкин Н.Э. Психологические особенности соотношения уверенности и темперамента девиантных подростков: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Н.Э. Ленюшкин; Рос. ун-т дружбы народов. - Москва, 2014. - 23 с.
11. Ленюшкин Н.Э., Фомина Н.А. Индивидуально-типологические особенности уверенности и темперамента подростков с девиантным поведением // Российский научный журнал. - 2013. - № 2 (33). - С. 111-117.
12. Ленюшкин Н.Э., Фомина Н.А., Безрядин Я.Ю. Настойчивость спортсменов-единоборцев // Психолого-педагогический поиск. - 2020. - № 1(53). - С. 51-58.
13. Мартыненко А.Н. Развитие решительности у борцов самбистов на этапе начальной спортивной специализации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.Н. Мартыненко; СибГАФК. - Омск, 2002. - 24 с.
14. Никитина Е.Л. Психологические особенности инициативности и уверенности студентов-медиков и врачей-хирургов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / Е.Л. Никитина; Рос. ун-т дружбы народов. - Москва, 2010. - 19 с.
15. Пуни А.Ц. Психологическая подготовка к соревнованию в спорте. - М.: ФиС, 1969. - 88 с.
16. Ромек В.Г. Понятие уверенности как социально-психологическая характеристика личности. автореф. дис. канд. психол. наук. Ростов н/Д; Изд-во РГУ, 1997. — 24 с.
17. Рудик П. А. Психология. - М.: ФиС, 1976. - 240 с.
18. Рушина М.А. Психологические особенности в структуре уверенности китайских и российских студентов // Психология образования в поликультурном пространстве. - 2017. - № 4(40). - С. 16-22.

19. Рушина М.А. Соотношение уверенности и мотивации при осуществлении профессиональной деятельности // Личность в современном обществе: образование, развитие, самореализация: материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 80-летию доктора психологических наук, профессора А.И. Крупнова (Москва, 26–27 апреля 2019 года). – Москва: Российский университет дружбы народов (РУДН), 2019. – С. 296-301.

20. Рушина М.А. Сходства и отличия в уверенности у китайских студентов // Акмеология. – 2016. – № 4(60). – С. 163-167.

21. Рушина М.А. Уверенность, как фактор самореализации медицинских работников // Психолого-педагогические исследования в современном образовании: Материалы Международной научно-практической конференции (Москва, 19–20 апреля 2018 года). – Москва: Российский университет дружбы народов (РУДН), 2018. – С. 492-497.

22. Рушина М.А. Факторная структура уверенности профессиональных и непрофессиональных спортсменов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. – 2012. – № 4. – С. 91-96.

23. Селиверстова М.А. Сравнительная характеристика уверенности старших школьников и студентов: авторефер. дис. ... канд. психол. наук / М.А. Селиверстова; Рос. ун-т дружбы народов. - Москва, 2007. - 17 с.

24. Соснин А.С. Методы совершенствования психологической подготовленности и специальной работоспособности у борцов самбо и каратэ: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А.С. Соснин; КГИФК. - Киев, 1980. - 23 с.

25. Шептура А.В. Психологические особенности уверенности и адаптивности иностранных студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук / А.В. Шептура; Рос. ун-т дружбы народов. - Москва, 2015. - 23 с.

CONFIDENCE FEATURES OF HIGHLY QUALIFIED ATHLETES

DOI: 10.25629/HC.2021.10.14

Bezryadin Ya.Yu.

Ryazan State University named after S.A. Yesenin

Abstract. The article examines the features of the manifestation of confidence by highly qualified kickboxers as a property of their personality. The importance and relevance of the study of the confidence of athletes in order to increase the efficiency and productivity of their sports activities, the development of a more harmonious personality has been substantiated. The methodological apparatus of the implemented research is outlined. The object was strong-willed self-regulation of the personality of athletes, and the object was the features of the manifestation of confidence by highly qualified kickboxers. The task of the research was formulated as follows: identification and description of the features of manifestation and psychological structure of the confidence of highly qualified athletes. The systematic-functional approach to the analysis of personality traits and individuality is described, in line with which the confidence of highly qualified athletes was considered as the functional integrity of its content-semantic (target, motivational, cognitive, productive) and instrumental-style (dynamic, emotional, regulatory, reflexive-evaluative) components. The results of empirical study of sportsmen's confidence are presented. The set task was solved: the features of the practical implementation of confident behavior by athletes, as well as the functional organization of various components of their confidence as a systemic property of the personality, were revealed, which makes it possible to comprehensively assess this trait of their personality and determine the effective ways of its further development and improvement.

Key words: personality trait, athletes, confidence, system-functional approach, content-semantic and instrumental-style subsystems, features, psychological structure.