

УДК: 005.32

DOI: 10.25629/НС.2023.03.34

ГЕНДЕРНЫЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ДЕТЕРМИНАНТОВ ГОТОВНОСТИ К СОРЕВНОВАНИЯМ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ МАСТЕРСТВУ

Пугачева Е.В.¹, Тымчиков А.Ю.²

¹Психологический институт Российской академии образования

²Сочинский государственный университет

Аннотация. В статье представлены результаты психологических исследований гендерных аспектов эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству и психологической готовности к ней. Раскрыто психологическое содержание соревновательной деятельности, ее связи с конкурсной деятельностью.

Основным методом эмпирических исследований гендерных аспектов эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству и психологической готовности к ней являлся сравнительный анализ высоко и мало эффективной деятельности, а также личностно-профессиональных качеств их субъектов. Для этой цели использовалось анкетирование мужчин и женщин победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству, а также тех участников, которые выступили неудачно. Выявлены детерминанты психологической готовности, обеспечивающие успешное выступление на соревнованиях по профессиональному мастерству.

Установлено, что женщины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству проявили большую самостоятельность при подготовке к соревнованиям, у них было более результативным применение технологий самовоздействия, больше внимания они уделяли анализу своих сильных и слабых сторон, самооценка в целом и самооценка своих личностно-профессиональных качеств у женщин была выше. Все это особенности способствовали большей уверенности.

Мужчины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству лучше формировали образ «Я-победитель», эффективнее применяли технологию психологического настроя на преодоление тревоги, боязни неудач, сильные слабые стороны соперников они анализировали лучше женщин. Мужчины в большей мере нуждались в воодушевляющем и поддерживающем общении.

Полученные результаты целесообразно использовать при психологической подготовке к соревнованиям по профессиональному мастерству.

Ключевые слова: соревнование, конкурс, профессиональное мастерство, соревнование по профессиональному мастерству, психологическая готовность, психологические технологии самовоздействия, настройка.

Введение

Соревнования (конкурсы) по профессиональному мастерству являются значимым психологическим фактором, стимулирующим личностно-профессиональное развитие, стремление к профессионализму. Высокая публичная оценка профессионализма победителей, трансляция позитивных образов «Я-профессионал», демонстрация престижа профессионализма способствуют возникновению психологического феномена подражания победителям соревнований, что является важным направлением повышения эффективности профессиональной деятельности. В процессе соревнований через непосредственное или опосредованное взаимодействие

соревнующиеся стремятся к одной цели – победить, достигнуть превосходства, заслужить высокую оценку и тем самым повысить свой социальный и профессиональный статус [5,6,13,19]. В связи с этим соревнования по профессиональному мастерству являются мощным мотивирующим фактором для многих субъектов профессиональной деятельности.

Соревнования по профессиональному мастерству осуществляются в условиях сильной конкуренции, профессионального и психологического противоборства, связанного с большими психоэнергетическими затратами, что требует специальных личностно-профессиональных качеств, тщательной психологической подготовки к соревнованиям. Соревновательная практика свидетельствует, что часто именно психологическая готовность и другие психологические факторы обуславливают успешность выступлений участников соревнований по профессиональному мастерству. Следовательно, психологическим детерминантам готовности к соревнованиям по профессиональному мастерству следует уделять повышенное внимание [5,9,15].

Отметим, что в соревнованиях по профессиональному мастерству участвуют как мужчины, так и женщины, преимущественно молодые. Имеющийся опыт свидетельствует, что подготовка к соревнованиям и сама соревновательная деятельность их участников мужчин и женщин имеет свои психологические отличия. Определение данных отличий, освоение тех, которые позволяют лучше подготовиться к соревнованиям и участвовать в них является важной задачей психологических исследований, имеющих практическую значимость.

Следует отметить, что психологические исследования гендерных аспектов соревнований по профессиональному мастерству, психологической подготовки к ним проводятся ограниченно.

Краткий обзор исследований

Психологические исследования соревновательной деятельности по профессиональному мастерству по своему объекту и предмету относятся к проблематике психологии труда и педагогической психологии. В таких исследованиях в центре внимания находился специальный вид соревнований – конкурсы профессионального мастерства, вернее, психологические аспекты организации конкурсов и подготовки к ним (Григорьевская И.В., Малина М.В., Мороз В.В., Руденко Л.Л. и др.). Конкурс основан на принципе состязательности, поэтому он является соревнованием. В то же время конкурсы по профессиональному мастерству, вообще говоря, отличаются от соревнований тем, что оценка осуществляется по созданному материальному продукту и качеству работы, связанной с его производством.

В конкурсах, как и в соревнованиях, осуществляется противоборство в условиях конкуренции, имеют место ограничения по времени, процедуре и технической оснащенности, дается публичная оценка.

Данные виды состязания эмоционально насыщены, они осуществляются в условиях психологического воздействия аудитории. У них высокая субъективная значимость, поэтому они всегда связаны с высокой психической напряженностью, сопровождаются большими нервно-психическими затратами.

В процессе соревнований и конкурсов осуществляется сложное социокультурное взаимодействие, имеющее воспитательное значение, побуждающее к саморазвитию и самосовершенствованию. Кроме того, они являются системной передачи нормативно-ценностного и творческого опыта, которое выполняет функции обновления культурных традиций,

Это главные факторы сходства. Вследствие этого понятие соревнование и конкурс часто отождествляются, в частности, в условиях состязаний по профессиональному мастерству.

Особенности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству при их психологическом изучении позволяют использовать опыт исследования соревновательной деятельности, накопленный в спортивной психологии [1,6,8,10,13]. В спортивной психологии описаны цели, продукт (спортивные достижения) предмет, субъект и объект, условия осуществления соревновательной деятельности, психические состояния, психо-энергозатраты, психологические условия и факторы её эффективности и детерминации и многое другое [2,3].

В свете рассматриваемой проблемы важно, что в спортивной психологии изучался и гендерный аспект эффективности соревновательной деятельности (Баршай В.М., Белавкина М.В., Ишматова А.В., Кривсун С.Н. и др.).

Ценными для настоящего исследования являются психологические работы по проблеме психологической готовности [1,4,5,7,19]. В них отмечалось, что недостаточный уровень или отсутствие психологической готовности к сложной деятельности обязательно негативно отразится на ее качестве и надежности, снизит эффективность профессиональных взаимодействий. Это происходит из-за следующих негативных проявлений:

- увеличение числа нецеленаправленных действий;
- преобладание тормозных процессов вплоть до полного прекращения деятельности или резкое возрастание спонтанной активности в виде двигательной стохастической активности;
- доминирование отрицательных эмоций (страх, растерянность), влияющих на поведения и взаимодействия;
- ухудшение внутригрупповых отношений и взаимодействий [15].

В психологических исследованиях данная проблема разрабатывалась разнопланово – как общая личностная готовность, как профессиональная готовность (готовность к действию, профессиональная характеристика субъекта деятельности, важное условие эффективности деятельности, обеспечивающие стабильность и работоспособности) и готовность психологическая (мобилизованность психологических систем и ресурсов). В них психологическая готовность позиционируется как составляющая общей готовности к действию (деятельности) и проявляется в осознании своих возможностей совершать действия или деятельность. При этом инструментальная готовность является основанием психологической готовности.

Отмеченные факторы позволяют утверждать, что для победы в соревнованиях по профессиональному мастерству, помимо самого профессионального мастерства, необходимо обладание специальными личностными и профессиональными качествами, позволяющими эффективно действовать в сложных условиях соревнований, а также специальная психологическая готовность к ним.

Особенности эмпирического исследования

Для выявления гендерных аспектов психологической готовности к соревновательной или конкурсной деятельности по профессиональному мастерству было проведено эмпирическое психологическое исследование.

Объектом исследования стали мужчины и женщины – победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству, их личностные и профессиональные качества, особенности психологической готовности к соревнованиям, применяемые психотехнологии самовоздействия.

Главной гипотезой исследования являлось предположение том, что психологическая готовность к соревнованиям по профессиональному мастерству связана с уровнем развития личностно-профессиональных качеств участников, умением сформировать позитивный настрой, способностью осуществлять самовоздействия.

Методом исследований являлся сравнительный анализ высоко продуктивный и мало продуктивной деятельности, а также уровень развития личностных и профессиональных качеств субъектов таких видов деятельности, широко применяемый при психологическом изучении профессионализма [4,7,11,12,16]. Данный метод был реализован в исследовании с помощью анкетирования. Для проведения анкетирования была разработана анкета, прошедшая апробацию и рецензирование, состоявшая из десяти пунктов, касающихся особенностей психологической подготовки к соревнованиям, формирования готовности и настроения, роли психологической поддержки, выбора соревновательной стратегии, уровня развития своих важнейших личностно-профессиональных качеств.

В анкетировании приняло участие 52 человека – победители и призеры соревнований-конкурсов по профессиональному мастерству. Из них 17 женщин и 35 мужчин, имеющих разный

опыт профессиональной деятельности. Размер выборки является представительным, так как победителей и призеров соревнований в десятки раз меньше, чем участников, кроме того, такая выборка дает возможность получать сопоставимые результаты. В психологических исследованиях профессионализма допускалась возможность такой выборки для исследований [14,17].

Результаты и их обсуждение

Проведенное психологическое исследование позволило получить значимые результаты особенностей подготовки к соревновательной деятельности по профессиональному мастерству ее участников – мужчин и женщин, имеющих разный стаж профессиональной деятельности. Отметим, что условия проведения соревнований были едиными, в то же время особенности подготовки к ним у женщин и мужчин имели в ряде компонентов значимые отличия. Соответственно имели отличия и психологические детерминанты готовности [14,17,18]. Рассмотрим их.

Следует подчеркнуть, что победители и призеры – мужчины и женщины проявили высокую самостоятельность при подготовке к соревнованиям по профессиональному мастерству. При этом средние значения показателей по обеим группам были сходными. В частности:

- ответ «да, самостоятельно» – 41,2% у женщин и 40% у мужчин;
- «в значительной мере» – 17,6% у женщин и 22,9% у мужчин;
- «пожалуй» – 17,6% у женщин и 14,2% у мужчин;
- «нет» – 11,7% у женщин и 11,4% у мужчин.

Сходные результаты были в отношении оценки помощи при подготовке:

- «да» – 58,8% у женщин и 62,8% у мужчин;
- «нет» – 41,1% у женщин и 37,1% у мужчин.

Иными словами, женщины-победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству проявили *несколько большую самостоятельность*, чем мужчины-победители.

Отметим, средние значения по всей совокупности отличались примерно в два раза, как и численность женщин и мужчин победителей и призеров.

Женщины и мужчины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству настраивали себя с помощью вербальных психологических установок и самоприказов. Их применение женщинами-победителями и призерами соревнований по профессиональному мастерству было *более результативным*, чем у мужчин (64,7% и 54,9%):

- «да» – 41,2% и 28,5%;
- «в значительной мере» – 23,5% и 31,4%.

Разница примерно в 15,1%.

Не применяли или применяли редко этот прием настроя на победу примерно одинаковое количество женщин и мужчин победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству 11,7% и 11,4%.

Результативность применения женщинами вербальных психологических установок и самоприказов, могла быть связана как с психологическими умениями их применять, так и возможно более высоким уровнем самовнушения, чем у мужчин.

В процессе подготовки к соревнованиям по профессиональному мастерству его участники активно применяли психологическую технологию *психологического настроя на преодоление тревоги, боязни неудач*. Для этого использовались и самоприказы. Мужчины-победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству применяли эти психотехнологии чаще (35,2% и 42,8%), то есть разница в 18% в «пользу мужчин», что весьма существенно. Женщины реже применяли ее эпизодически в зависимости от ситуации (ответы «скорее нет» – 41,2% и 17,1%). В то же время женщины не использовали вообще эти технологии в два раза меньше (11,7% и 22,9%).

Действенной психологической технологией самовоздействия является образ «Я-победитель». Данная психологическая технология основывается на регулирующих деятельность и

психические состояния образа представления. Ее применение зависит от умения сформировать четкие, яркие, реалистичные и контролируемые представления. Образ «Я-победитель» лучше формировали мужчины-победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству, нежели у женщин – 52,9% и 59,9%. При этом мужчины более уверенно ее использовали – 11,7% и 25,7%, то есть разница в эффективности применения весьма существенная. Причиной такого соотношения результативности применения данной психологической технологии может являться более сильная природно обусловленная выраженность черт победителя у мужчин. Возможно, это связано с особенностями образной сферы мужчин, которая, как считается, отличается большей четкостью, реалистичностью и контролируемостью [10].

У мужчин и женщин победителей соревнований по профессиональному мастерству отмечена разная рефлексивная организация соревновательной деятельности. Она проявилась в качестве анализа сильных и слабых качеств их соперников. Сильные слабые стороны соперников анализировали больше мужчины 45,7% против 29,3% у женщин, то есть относительная разница 35,9%, это существенно больше.

Эпизодический или ситуативный анализ чаще осуществляли именно женщины – 47% и 17,1%, то есть на этот раз относительная разница 63,4% больше.

Не анализировали соответственно 11,7% и 14,2%.

Психологические причины таких соотношений могут быть разными – это особенности соревновательной стратегии, рефлексивная культура их профессиональной деятельности, особенности информационного обеспечения соревновательной деятельности, доминирование в мышлении интуитивного и логического и пр.

Важно подчеркнуть, что мужчины и женщины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству анализу *своих сильных и слабых сторон* уделяли самое пристальное внимание, причем женщины намного больше: по ответам «да» – 82,3% и 54,3%, то есть на 34% (относительное значение). Заметим, что никто из женщин не отметил, что такую информацию не анализировали или мало использовали, в отличие от мужчин, у которых таковых было 14,2%. Это важная отличительная особенность рефлексивной организации деятельности женщин-победителей соревнований по профессиональному мастерству и призеров таких соревнований.

И мужчины, и женщины победители соревнований по профессиональному мастерству и призеры таких соревнований отмечали важность *ободряющего, поддерживающего и воодушевляющего общения*, которое способствовало повышению у них уверенности. Для мужчин оно было более значимым: ответы «да» – 65,7% и 41,2%, то есть разница 24,5%, а относительное значение 37,2%.

17,6% и 5,7% отмечали ситуативность положительного влияния такого общения. Не более 10% из них (5,8% и 8,5%) не считали такое общение необходимым для них.

Мужчины, и женщины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству главной считали инструментальную (профессиональную) готовность – 100% женщин и 82% мужчин. При подготовке к соревнованиям они основное внимание уделяли оттачиванию своих профессиональных навыков и умений.

Самооценка в целом и самооценка своих личностно-профессиональных качеств победителей и призеров соревнований по профессиональному мастерству была весьма высокой, причем у женщин была выше – 8.47 против 8 баллов у мужчин.

По самооценке видов конкретных личностных и профессиональных качеств отмечены следующие варианты:

- существенная разница в оценках профессионального мышления, у женщин 9 баллов и 8,4 балла у мужчин; решительности – соответственно 9 и 7,9; упорства – 9 и 8,4; настойчивости – 9,3 и 8,2; способности сконцентрироваться – 9,2 и 8,5; способности к обучению и освоению опыта других – 9,2 и 8,4; потребности в достижениях и победах – 9,3 и 8,5. Особенно следует отметить роль волевых качеств, они сильнее у женщин.

- по остальным характеристикам самооценки были близкими.

Отметим, относительно невысокую самооценку силы личности, психической устойчивости (7,5 и 7,6 баллов), функций памяти и внимания (6,9 и 6,7 баллов; 7,8 и 7,5 баллов). Профессиональные способности оценены как средние (8 и 8,3балла).

Женщины и мужчины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству в большинстве своем считают, что их личностные и профессиональные качества *оценивают примерно так же*, как и они сами (76,4% и 71,4%). 17,6% и 22,9% полагают, что оценки их профессиональных качеств им завьшают. 5,8% и 5,7% считают, что оценки их качеств им занижают.

Для сравнения кратко рассмотрим результаты анкетирования участников соревнований – мужчин и женщин, которые *не добились* в них успеха. Средний балл у них был довольно высоким 7.59, но все же ниже, чем у победителей и призеров – 8.26. Данная самооценка может быть близкой к адекватной, так как в международных соревнованиях такого уровня участвуют очень сильные мастера, профессионализм которых обеспечивается развитостью личностных и профессиональных качеств и свойств [18].

Отмечена очень высокая самооценка у женщин, которые не добились успеха в данном соревновании. Видимо, здесь сработали психологические компенсаторные механизмы, защищающие от негативного влияния сильных стрессов.

Наивысшие оценки получили волевые качества, упорство, настойчивость, способность к самообучению, профессиональное мышление. Крайне низко оценены профессиональные способности. Невысоко оценен уровень развития памяти и внимания. Подавляющее большинство участников соревнований, не добившихся успеха, считает свои самооценки вполне адекватными – 78%.

К данной самооценке следует относиться взвешенно. С одной стороны, заметно влияние стресса от неудачи в соревнованиях, с другой стороны видно стремление себя поддержать, утвердиться во мнении, что неудача в соревнованиях явление временная, будут и победы. К тому же участники соревнований люди довольно молодые, а для их возраста характерна вера в себя, оптимизм, надежда на лучшее.

Выводы

Проведенное эмпирическое психологическое исследование о гендерных аспектах психологической готовности к соревнованиям по профессиональному мастерству позволяет сделать следующие выводы.

Психологические детерминанты готовности к соревнованиям по профессиональному мастерству у женщин и мужчин победителей и призеров близки по степени выраженности, хотя у женщин некоторые из них выше.

Женщины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству проявили большую самостоятельность при подготовке к соревнованиям, у них было более результативным применение технологий самовоздействия, больше внимания они уделяли анализу своих сильных и слабых сторон, самооценка в целом и самооценка своих личностно-профессиональных качеств у женщин была выше. Все эти особенности способствовали большей уверенности.

Мужчины победители и призеры соревнований по профессиональному мастерству лучше формировали образ «Я-победитель», эффективнее применяли технологию психологического настроя на преодоление тревоги, боязни неудач, сильные слабые стороны соперников они анализировали лучше женщин. Мужчины в большей мере нуждались в воодушевляющем и поддерживающем общении.

Полученные результаты целесообразно использовать при психологической подготовке к соревнованиям по профессиональному мастерству.

В то же время результаты свидетельствует и об универсальности методов и подходов к обеспечению психологической готовности.

Библиография

1. Алексеев, А.В. Преодолей себя! Психологическая подготовка в спорте / А.В. Алексеев – Ростов н //Д.: Феникс, 2006. – 352 с.
2. Гайдамашко, И. В. Модель психологического сопровождения подготовки юных спортсменов / И. В. Гайдамашко, И. В. Бабичев // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2022. – № 2(94). – С. 203-209. – DOI 10.35750/2071-8284-2022-2-203-209. – EDN BHRRAZ.
3. Гайдамашко, И. В. Особенности конструктивной я-концепции и условия ее формирования у юных спортсменов / И. В. Гайдамашко, И. В. Бабичев // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2021. – № 1(54). – С. 6-13. – DOI 10.26456/vtprsyred/2021.1.006. – EDN EYHIFZ.
4. Гайдамашко, И. В. Прикладная психологическая диагностика для специалистов кадровых служб : Учебное пособие / И. В. Гайдамашко, М. А. Войтикова. – Москва : ОнтоП, 2021. – 272 с. – ISBN 978-5-00121-402-1. – EDN NYLLSQ.
5. Григорьева, И.В. Формирование психологической готовности спортсменов к соревнованиям / И.В.Григорьева, Е.Г. Волкова, Е.Ю. Кузнецова. – М.-Воронеж: Научно-технический вестник. – 2015.
6. Гордеева, Т.О. Психология мотивации достижения / Т.О. Гордеева. – М.: Смысл; Академия. – 333 с.
7. Деркач, А.А. Профессионализм деятельности в особых и экстремальных условиях / А.А.Деркач, В.Г.Зазыкин. – М.: РАГС, 2003. – 156 с.
8. Ильин, Е.П. Психология спорта / Е.П.Ильин. – СПб.: ПИТЕР, 2008. – 352 с.
9. Жуина, Д.В. Психолого-акмеологические аспекты психологии победителя / Д.В.Жуина, В.Г.Зазыкин, Л.Г.Майдонина // Теория и практика физической культуры, 2015. - №4.- С.46-49.
10. Загайнов, Р.М. Психологическое мастерство тренера и спортсмена / Р.М.Загайнов. – М.: Советский спорт, 2006. – 256 с.
11. Климчук, В.А. Тренинг внутренней мотивации / В.А.Климчук. – СПб.: Речь, 2006. – 76 с.
12. Кузьмина, Н.В. Профессионализм личности преподавателя и мастера производственного обучения / Н.В.Кузьмина. – М.: Высшая школа, 1990. – 119с.
13. Огородова Т.В. Психология спорта. Ярославль: Яр Гу, 2013. – 130 с.
14. Пугачева, Е. В. Психологические детерминанты готовности к соревновательной деятельности в конкурсах по профессиональному мастерству их победителей и призеров / Е. В. Пугачева, А. Ю. Тымчиков // Человеческий капитал. – 2022. – № 8(164). – С. 166-171. – DOI 10.25629/НС.2022.08.19. – EDN CNRPYV.
15. Рудиковские чтения: материалы 17 Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 3-4 июня 2021 г. / под общ. ред. Ю.В.Байковского. – М.: РГУФК СМ и Т, 2021. – 197 с.
16. Стишенок, И.В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей / И.В. Стишенок. – СПб.: Речь, 2008. – 230 с.
17. Тымчиков, А. Ю. Психологические факторы эффективности соревновательной деятельности по профессиональному мастерству / А. Ю. Тымчиков // Вестник университета. – 2022. – № 8. – С. 220-226. – DOI 10.26425/1816-4277-2022-8-220-226. – EDN GEDWMA.
18. Тымчиков, А. Ю. Психологические причины неудачных выступлений участников курсов по профессиональному мастерству / А. Ю. Тымчиков // Материалы Ивановских чтений. – 2022. – № 1(36). – С. 79-82. – EDN PEXTIQ.
19. Юрина, Ю.В. Спортивная психология. Психологические методики подготовки спортсменов к соревнованиям / Ю.В. Юрина // Молодой ученый. – 2021. - №42 (384). – С.168-171.

GENDER ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF READINESS FOR COMPETITIONS IN PROFESSIONAL SKILLS

Pugacheva E.V.¹, Tymchikov A.Yu.²

¹Psychological Institute of the Russian Academy of Education

²Sochi State University

Abstract. The article presents the results of psychological studies of gender aspects of the effectiveness of competitive activity in professional skills and psychological readiness for it. The psychological content of competitive activity, its connection with competitive activity is revealed.

The main method of empirical studies of gender aspects of the effectiveness of competitive activity in professional skills and psychological readiness for it was a comparative analysis of high and low effective activities, as well as the personal and professional qualities of their subjects. For this purpose, a survey was used of male and female winners and prize-winners of competitions in professional skills, as well as those participants who performed unsuccessfully. The determinants of psychological readiness that ensure successful performance at competitions in professional skills are revealed.

It was found that women winners and prize-winners of competitions in professional skills showed greater independence in preparing for competitions, they had more effective use of self-influence technologies, they paid more attention to the analysis of their strengths and weaknesses, self-esteem in general and self-esteem of their personal and professional qualities in women was higher. All these features contributed to greater confidence.

Male winners and prize-winners of competitions in professional skills better formed the image of "I am a winner", more effectively applied the technology of psychological attitude to overcome anxiety, fear of failure, they analyzed the strengths and weaknesses of rivals better than women. Men were more in need of uplifting and supportive communication.

It is expedient to use the received results at psychological preparation for competitions on professional skill.

Key words: competition, competition, professional skill, professional skill competition, psychological readiness, psychological technologies of self-influence, setting.