

Лесгафта. – 2018. – № 4 (158). – С. 391–395

2. Карасева Т.В. Целостный подход к формированию личности безопасного типа в системе высшего образования / Т.В. Карасева, А.М. Лошаков // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 2022. – № 3 (166). – С. 19–24

3. Павлова И.В. Профилактика аддиктивного поведения студенческой молодежи в вузе / И.В. Павлова, Е.В. Герман, В.Б. Антипин // Психопедагогика в правоохранительных органах. – 2013. – № 3 (54). – С. 46–49.

REFERENCES

1. Zhukova, M.V. and Shishkina, K.I. (2018), “Addictive behavior of children as a consequence of a violation of the system of intra-family relations”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (158), pp. 391–395

2. Karaseva, T.V. and Loshchakov, A.M. (2022), “A holistic approach to the formation of a safe-type personality in the system of higher education”, *Bulletin of the Volgograd State Pedagogical University*, No. 3 (166), pp. 19–24

3. Pavlova, I.V., German, E.V. and Antipin, V.B. (2013) “Prevention of addictive behavior of students at the university”, *Psychopedagogy in law enforcement agencies*, No. 3 (54), pp. 46–49.

Контактная информация: loschakovam@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 20.03.2023

УДК 159.9.072:796.82

МОТИВАЦИЯ ДОСТИЖЕНИЯ УСПЕХА, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ И ПРОАКТИВНОСТЬ БОРЦОВ ГРЕКО-РИМСКОГО СТИЛЯ

Иван Юрьевич Мальцев, старший преподаватель, Военно-космическая академия им. А.Ф. Можайского, Санкт-Петербург

Аннотация

Современные условия подготовки борцов требуют учета индивидуально-психологических особенностей спортсменов. Цель статьи: рассмотреть психологическое благополучие и проактивность борцов греко-римского стиля в зависимости от проявления мотивации достижения успеха. Обнаружены особенности проактивного совладания спортсменов в зависимости от психологического благополучия и мотивации, намечены способы совершенствования тактико-технической и физической подготовки борцов греко-римского стиля. Практическая значимость - предложены рекомендации по организации тренировочного процесса с учетом личностных особенностей борцов.

Ключевые слова: греко-римская борьба, мотивация успеха, проактивное совладающее поведение, психологическое благополучие.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p601-605

MOTIVATION TO SUCCEED, PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND PROACTIVITY OF GRECO-ROMAN STYLE WRESTLERS

Ivan Yuryevich Maltsev, the senior teacher, Mozhaisky Military Space Academy, St. Petersburg

Abstract

Modern conditions for the training of wrestlers require taking into account the individual psychological characteristics of athletes. The purpose of the article: to consider the psychological well-being and proactivity of Greco-Roman wrestlers depending on the manifestation of motivation to achieve success. The features of proactive coping of athletes depending on psychological well-being and motivation are revealed, ways of improving the tactical, technical and physical training of Greco-Roman style wrestlers are outlined. Practical significance - recommendations on the organization of the training process, taking into account the personal characteristics of the wrestlers, are proposed.

Keywords: Greco-Roman wrestling, success motivation, proactive coping behavior, psychological well-being

ВВЕДЕНИЕ

Особенности подготовки борцов греко-римского стиля в современных условиях сопряжены с определенными сложностями, с изменениями условий соревновательного процесса, с постоянным ростом спортивного мастерства. Указанные факторы способствуют обострению конкуренции и предъявляют повышенные требования, как к организации тренировочного процесса, так и к психологической подготовке борцов греко-римского стиля [2, 5]. Особое значение приобретает формирование у борцов мотивации на достижение успеха, поскольку она является основой достижения цели, «заточенной» на получение максимально возможного на данный момент спортивного результата. Доказано, что, когда у спортсмена преобладает мотивация достижения успеха, он не только стремится к победе, но и готов «бороться до конца», преодолевая любые препятствия и испытывая при этом положительные эмоции [1, 6]. Это важно именно для борцов греко-римского стиля, т. к. в этом случае спортсмен не только демонстрирует склонность к доминированию или стремление к риску, он становится менее чувствителен к различным угрозам. У борца формируется атакующий стиль ведения поединка и способность в полной мере реализовать все возможности собственных психофизиологических механизмов регуляции. Мотивация достижения успеха, эмоциональность деятельности, спортивные достижения формируют уверенность в себе и способность спортсмена конструктивно подходить к анализу своей деятельности, реалистично воспринимать собственные успехи или неудачи [1]. Подобным процессом может служить проактивное совладающее поведение, которое выступает в качестве специфического вида активности личности, реализующей ее индивидуальные, общие и особенные характеристики, ярко раскрывающиеся в условиях соревновательного процесса [7]. Борцу необходимо уметь прогнозировать возможные исходы поединков, творчески подходить к поиску новых стратегических и тактических решений. Спортсмен вынужден быть проактивным, т. к. перед ним возникают различные трудности тренировочного и соревновательного процессов и актуальной становится задача совладания с трудностями на пути самореализации как личности и как результативного спортсмена.

В этой связи психологическое благополучие также выступает одним из важных состояний. С.А. Дружилов [3] выделил следующие компоненты в структуре благополучия: эмоциональный (самооценка), когнитивный (ценностно-смысловые ориентации), поведенческий (мотивационная направленность) и деятельный (повышение своей профессиональной компетентности и переживание чувства удовольствия от этого). При этом именно «мотивационная направленность» проявляет для человека те возможности, которые определяют форму его адаптации в окружающей среде: будет ли человек пассивным или активным. Это весьма важно для формирования корректной мотивационной структуры личности борца греко-римского стиля, т. к. в тренировочном и соревновательном процессах необходимо учитывать особенности совладания спортсменов с трудными ситуациями. Поскольку проактивность включает в себя автономность, самодетерминированность, стремление к личностному и профессиональному развитию, направленность на успешное преодоление сложных ситуаций и достижение поставленных целей [4], можно предположить, что проактивность будет лежать в основе психологического благополучия борцов греко-римского стиля и служить триггером, запускающим процесс формирования мотивации достижения успеха.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании принимали участие борцы греко-римского стиля, 25 человек в возрасте от 18 до 23 лет, уровень квалификации от первого взрослого разряда до Мастера спорта. На момент исследования респонденты находились на этапе совершенствования

спортивного мастерства (т. е. в тренировочном процессе) в сезоне 2020-2021 гг. Были определены показатели психологического благополучия, проактивного совладающего поведения, мотивации достижения успеха при помощи методик: «Шкала психологического благополучия», «Проактивное совладающее поведение», «Методика диагностики мотивации к достижению успеха». Проведен корреляционный анализ психологических характеристик борцов по показателям данных методик в зависимости от уровня проявления у них мотивации достижения успеха.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

В исследовании сделана попытка обосновать необходимость учета индивидуально-психологических особенностей борцов греко-римского стиля при организации тренировочного процесса. Корреляционный анализ обнаружил значительное количество статистически достоверных связей на уровне $p \leq 0,01$ у борцов с высоким уровнем мотивации достижения успеха (рисунок).



Рисунок – Корреляция шкал методик «Проактивное совладающее поведение» и «Психологическое благополучие» борцов греко-римского стиля с высоким уровнем мотивации достижения успеха

Обнаружена прямая зависимость между шкалами «Проактивное преодоление» и «Личностный рост», «Проактивное преодоление» и «Общий показатель благополучия» на уровне $p \leq 0,01$. Для данной категории спортсменов при организации тренировочного процесса важно корректно ставить цели, т. к. борец готов действовать на опережение, необходимо чтобы мобилизация ресурсов происходила в нужный временной период, запланированный наставником, в соответствии со стратегическими целями. Обнаружена обратная зависимость у респондентов между шкалами «Поиск инструментальной поддержки» и «Автономность». Эти шкалы, по сути, противоположны, следовательно, борцы с высоким уровнем мотивации достижения успеха в большей мере склонны проявлять автономию и не опираться на тренера при принятии оперативных решений. С одной стороны, это может быть полезно в соревновательном процессе, когда спортсмен проявляет гибкость в сложной ситуации и не теряет время на дополнительные обсуждения происходящего, принимая быстрое самостоятельное решение. В то же время в тренировочном процессе данная связь может лежать в основе конфликтов с наставником и различных «осложнений» при организации предсоревновательной подготовки.

Корреляционный анализ был проведен в группе борцов с низким уровнем мотивации достижения успеха, где обнаружено большое количество связей на высоком уровне значимости (таблица).

Таблица – Корреляция изучаемых шкал методик борцов греко-римского стиля с низким уровнем мотивации достижения успеха

Показатели	Авто-номность	Компет-ент-ность	Личност-ный рост	Позитив-ные от-ношения	Жизнен-ные цели	Само-принятие	Общий показате-ль
Проактивное преодоление	0,143	0,240	,331*	0,054	0,109	0,046	0,206
Рефлексивное преодоление	,401**	,513**	,512**	0,195	,373**	0,272	,515**
Стратегическое планирование	,387**	,559**	,667**	,528**	,459**	,427**	,682**
Превентивное преодоление	,470**	,715**	,588**	,334*	,548**	,462**	,712**
Поиск инструментальной поддержки	,530**	-,420**	-,328*	,459**	-0,042	0,013	-0,219
Поиск эмоциональной поддержки	,594**	-,501**	-,363**	,424**	-0,118	-0,057	-,299*

Примечание: * – уровень значимости $P \leq 0,05$; ** – уровень значимости $P \leq 0,001$.

Интерес представляют связи шкал «Стратегическое планирование» и «Превентивное преодоление», которые показывают, что борцам с низкой мотивацией достижения успеха для того, чтобы быть в себе уверенными необходимо четко планировать свои действия, соотнося их с возможными изменениями ситуации, как в тренировочном, так и в соревновательном процессе. Также обнаружена положительная зависимость между шкалами «Поиск инструментальной поддержки», «Поиск эмоциональной поддержки» и «Автономность», что говорит о том, что для данной группы борцов особое значение имеет авторитет тренера и его поддержка (спортсмены могут быть успешными при условии, что тренер находится рядом, советует, подбадривает, направляет). В то же время поддержка наставника не должна быть слишком выраженной, т. к. это может оказаться сдерживающим фактором при формировании успешного спортсмена (отрицательная связь между шкалами «Личностный рост» и «Поиск инструментальной поддержки», «Поиск эмоциональной поддержки»).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Между составляющими психологического благополучия и элементами проактивности у борцов греко-римского стиля существуют достоверные корреляционные связи на высоком уровне значимости, при этом существуют различия в специфике связей в зависимости от степени проявления мотивации достижения успеха.

Разработаны рекомендации по организации тренировочного процесса борцов греко-римского стиля с учетом их мотивационных особенностей, проактивного совладания и психологического благополучия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бабушкин Г.Д. Формирование спортивной мотивации / Г.Д. Бабушкин, Е.Г. Бабушкин. – Омск СибГАФК, 2000. – 179 с.
2. Вольский В.В. Оценка силовых возможностей борцов / В.В. Вольский, М.В. Габов, Л.Р. Пальтиель // Физическая культура в образовательном пространстве России: состояние, тенденции и перспективы : сборник трудов конференции. – Санкт-Петербург, 2019. – С. 64–71.
3. Дружилов С.А. Профессиональное благополучие человека и психологические аспекты профессиональной адаптации и профессиональных деструкций / С.А. Дружилов // Современные научные исследования и инновации. – 2016. – № 12. – URL: <http://web.snauka.ru/issues/2016/12/76347> (дата обращения: 06.05.2022).
4. Психологическое благополучие и проактивное совладающее поведение сотрудников организаций / М.А. Круглова, Л.А. Верещагина, В.Г. Круглов, Н.Н. Лепехин, В.А. Круглов, А.И. Шкурова // Петербургский психологический журнал. – 2020. – № 33. – С. 112–133.
5. Кузнецов А.С. Методика подготовки борцов греко-римского стиля на основе учета индивидуально-своеобразных свойств психики / А.С. Кузнецов, Д.Р. Закиров // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 11 (95). – С. 72–79.
6. Модель подготовки курсантов ФСИН России к применению боевых приемов борьбы / Н.С. Помогаева, В.Н. Коваленко, А.Е. Батулин, В.В. Вольский // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 3 (157). – С. 251–254.

7. Старченкова Е.С. Концепция проактивного совладающего поведения / Е.С. Старченкова // Вестник СПбГУ, 2009. Сер. 12. Вып. 2. Ч. 1–. С. 198–205.

REFERENCES

1. Babushkin, G.D. and Babushkin, E.G. (2000), *Formation of sports motivation*, SibGAFK, Omsk.
2. Volsky, V.V., Gabov, M.V. and Paltiel, L.R. (2019), “Evaluation of the power capabilities of wrestlers”, *Physical culture in the educational space of Russia: status, trends and prospects*, Proceedings of the Conference, St. Petersburg, pp. 64–71.
3. Druzhilov, S.A. (2016), “Professional well-being of a person and psychological aspects of professional adaptation and professional destructions”, *Modern scientific research and innovation*, No. 12, available at <http://web.snauka.ru/issues/12/76347> (date of address: 06.05.2022).
4. Kruglova, M.A., Vereshchagina, L.A., Kruglov, V.G., Lepekhin, N.N., Kruglov, V.A. and Shkurova, A.I. (2020), “Psychological well-being and proactive coping behavior of employees of organizations”, *St. Petersburg Psychological Journal*, No. 33, pp. 112–133.
5. Kuznetsov, A.S. and Zakirov D.R. (2013), “Methods of training Greco-Roman style wrestlers based on the consideration of individual-peculiar properties of the psyche”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (95), pp. 72–79.
6. Pomogaeva, N.S., Kovalenko, V.N., Baturin, A.E. and Volsky, V.V. (2018), “Model of training cadets of the Federal Penitentiary Service of Russia for the use of combat techniques of wrestling”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (157), pp. 251–254.
7. Starchenkova, E.S. (2009), “The concept of proactive coping behavior”, *Bulletin of St. Petersburg State University*, Ser. 12. Issue 2, Part 1, pp. 198–205.

Контактная информация: volkovalm@bk.ru

Статья поступила в редакцию 20.03.2023

УДК 159.9:796.011

ПРЕДИКТОРЫ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ СФЕРЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Юлия Сергеевна Ромашко, аспирант, Галина Борисовна Горская, доктор психологических наук, профессор, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар

Аннотация

Введение. Стремительное изменение условий и содержания профессиональной деятельности специалистов сферы физической культуры и спорта требует от них постоянного профессионального совершенствования, предполагающего, в том числе, совершенствование способности к осознанию профессионалом собственных действий. Это придает актуальность проблеме метакогнитивных умений тренеров, преподавателей физической культуры, спортивных функционеров как ресурса формирования у них реалистичного представления о собственной профессиональной эффективности. Цель исследования заключалась в выявлении метакогнитивных умений, выступающих как предикторы самооффективности в профессиональной деятельности специалистов сферы физической культуры и спорта. Методика и организация исследования. В исследовании приняли участие тренеры (n=170) и педагоги по физической культуре (n=56) разного пола и возраста. Использовались методика «Рефлексивные умения (метакогнитивный уровень)» Е.В. Савченко и методика диагностики уровня самооффективности (Дж. Маддукс и М. Шеер). Результаты исследования и их обсуждение. Установлено, что предиктором повышения самооффективности тренеров в предметной деятельности являются метакогнитивные умения, направленные на саморегуляцию эмоционального состояния, заблаговременный поиск решения проблемы, анализ собственного поведения. Умения тренера, направленные на организацию процесса решения проблемы и регулирование уровня значимости проблемы с учетом актуального состояния, в разной степени снижают самооффективность в предметной деятельности. Предиктором самооффективности как в предметной деятельности, так и в сфере межличностного