

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

УДК 159.9.796.01

ИССЛЕДОВАНИЕ РЯДА ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ У СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ АТЛЕТИЗМОМ

Бугаевский К.А.

Институт здоровья, спорта и туризма
Классического частного университета

Черепок А.А., Волох Н.Г.

Запорожский государственный медицинский университет

На основании анализа и обобщения литературных данных и результатов проведённого исследования, в статье представлены материалы, касающиеся вопроса изучения значений личностной и ситуативной тревожности, а также гендерной идентификации типа личности у спортсменов, занимающихся тяжёлой атлетикой и пауэрлифтингом. Приведены данные показателей гендерной самоидентификации и уровней тревожности в исследуемых группах. Описаны выявленные варианты гендерных значений в их взаимосвязи с определёнными типами предсоревновательной тревожности у спортсменов в обеих группах.

Ключевые слова: спортсменки, атлетизм, тяжёлая атлетика, пауэрлифтинг, тревожность, гендерная идентификация типа личности.

Постановка проблемы. Проблема психо-соматической взаимосвязи вопросов определения гендерной идентификации в современном профессиональном спорте, является весьма актуальной и востребованной [1; 2; 3; 8; 9, с. 1-8]. Среди девочек и девушек в почёте единоборства, силовые виды спорта и те, где женщина-спортсменка в полной мере может проявить свою силу, напористость, умение, агрессивность, настойчивость, неуступчивость, всепоглощающую волю к победе, бескомпромиссность [2; 4, с. 57-62; 7]. В данном случае доминируют сомато-психические преобразования у спортсменов, тем более, что современные биология и медицина обладают огромным количеством научных данных, подтверждающих влияние гормонов и эндокринной системы на тело и психику человека [2; 7]. Кроме того, в современной психологии принято разделять понятия «тревога» и «тревожность» [5, с. 172-177; 6, с. 38-44; 10, с. 659-664; 11, с. 12-24; 12, с. 241-243; 13]. Согласно теории Ч.Д. Спилбергера, различают тревогу как состояние (временное переживание) и тревожность как свойство личности (устойчивая черта характера) [11, с. 12-24]. Тревога, по мнению Ч. Д. Спилбергера, это «реакция на грозящую опасность, реальную или воображаемую, а тревожность – индивидуальная психологическая особенность, состоящая в повышенной склонности испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях, в том числе и тех, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают [11, с. 12-24]. Что касается второго термина, то в психологической литературе встречаются разные трактовки понятия «тревожность», хотя большинство исследователей сходятся в том, чтобы рассматривать это понятие дифференцированно как ситуативное явление и как личностную особен-

ность [5, с. 172-177; 6, с. 38-44; 10, с. 659-664]. Вопросы, касающиеся психологических особенностей тренировочно-соревновательной деятельности спортсменов и их гендерно-возрастных изменений, актуальны для спортивной психологии [5, с. 172-177; 6, с. 38-44; 10, с. 659-664].

Анализ последних исследований и публикаций. В последние годы достаточно масштабно проводятся исследования, посвящённые вопросам определения гендерной идентификации типа личности, в т.ч. и у атлетов в силовых видах спорта. Это такие исследователи, как А.С. Дамадаева, 2011; О.Г. Логухова, 2013. Проведён ряд серьёзных современных работ по вопросам гендера и пола (Т.В. Бендас, 2006; А.Л. Ворожбитова; Е.П. Ильин, 2008 и 2010).

Среди отечественных авторов вопросами тревожности в предсоревновательный, соревновательный и постсоревновательные периоды занимались такие исследователи, как Ю. Ханин, 2003; Е.П. Ильин, 2008; В.В. Егоров, 2019; А.Х. Дейнеко, Н.Л. Боляк, 2012; Л.Н. Акимова, 2014; А.И. Рогачёв, Л.Г. Майдокина, 2015. Эти авторы обращали внимание на изменения спортивных результатов в тренировочном и соревновательном циклах в их прямой зависимости как от личностной, так и ситуативной тревожности.

Выделение не решённых ранее частей общей проблемы. С учётом изложенного анализа ограниченного круга проводимых медико-биологических и психологических исследований у спортсменок в атлетических видах спорта, наша исследовательская работа явилась попыткой изучения ряда психологических показателей и изменений, происходящих у спортсменок, занимающихся тяжёлой атлетикой и пауэрлифтингом.

Целью нашего исследования является изучение значений определения гендерной идентифи-

кации типа личности и уровней предсоревновательной личностной и ситуативной тревожности у атлетов репродуктивного возраста, выявить и проанализировать имеющиеся, в полученных данных, изменения.

Изложение основного материала. Проводилось анкетирование всех участников исследования с использованием опросника «Маскулинность, феминность и гендерный тип личности» (Российский аналог «Vem sex role inventory») из 27 пунктов, предложенного к практическому использованию О.Г. Лопуховой для определения гендерной идентификации типа личности (далее ГИТЛ) (2013) [9, с. 1-8]. Данный опросник, как более адаптированный для России и Украины, отвечающий требованиям содержательной валидности и высокой степени надёжности [9, с. 1-8]. Также нами применены такие методы исследования, как литературный анализ, методика Ч.Д. Спилбергера, в адаптации Ю.Л. Ханина [11, с. 12-24; 13] и интервьюирование. Данный тест представлен в виде опросника из 40 вопросов. Тест является надёжным источником информации о самооценке человека уровня своей тревожности в данный момент (реактивная (ситуативная) тревожность) и личностной тревожности (как устойчивой характеристики человека). Тестирование мы проводили с применением двух бланков с вопросами: один бланк предназначен для измерения показателей ситуативной тревожности, а второй – для фиксации и измерения уровня личностной тревожности [11, с. 12-24; 12, с. 241-243; 13]. При этом – низкому уровню ситуативной и личностной тревожности соответствует сумма полученных баллов ≤ 30 баллов, для среднего уровня – от 31 до 44 баллов, для высокого уровня тревожности – 45 и $>$ баллов [11, с. 12-24; 12, с. 241-243; 13]. Также были использованы такие методы, как анализ и обобщение данных доступной научной и методической литературы, интервьюирование, метод статистической обработки полученных данных.

Данное исследование проводилось в 2016 году. Всего в исследовании приняло участие 23 спортсменки. В группе тяжелоатлетов средний возраст составил $21 \pm 1,32$ года, в группе спортсменок, занимающихся пауэрлифтингом – $20,14 \pm 0,87$ лет.

Все спортсменки были отнесены к юношескому ($n=16$) и к I репродуктивному возрасту ($n=7$). Срок занятий данным видом спорта – от 3 до 5 лет – 7 (30,44%), от 5 до 8 лет – 12 (52,17%), более 8 лет – 4 (17,39%). 18 (78,26%) девушек были студентками, 5 (21,74%) – работают. Занятия данными видами спорта в 11-15 лет начали 8 (34,78%), в 15-18 лет – 11 (47,83%), после 18 лет – 4 (17,39%) исследуемых спортсменок. Были установлены следующие проявления индивидуальной тревожности, представленные в табл. 1.

Данные проведенного исследования показывают, что в индивидуальных видах спорта, из всех спортсменок ($n=23$) низкий уровень личностной тревожности перед соревнованиями был определен у 9 (39,13%) спортсменок, средний уровень – у 5 (21,74%) и высокий уровень личностной тревожности – у 11 (47,33%) спортсменок. Обращает на себя внимание достаточно высокое число спортсменок с высоким предсоревновательным уровнем личностной тревожности. Наиболее высокий уровень личностной тревожности выявлен у атлетов обеих групп, практически у каждой второй спортсменки. Большинство из этих спортсменок имеют спортивный и соревновательный стаж от 3-х до 4-х лет. Данные исследования о ситуативной тревожности спортсменок в тяжелой атлетике и пауэрлифтинге, представлены в табл. 2.

Анализ определения уровня ситуативной тревожности атлетов в предсоревновательном периоде указывает на то, что низкий уровень тревожности определен у 4 (17,39%), средний уровень – у 5 (21,74%) и самый высокий показатель был определен в группе атлетов, имеющих высокий ситуативный уровень предсоревновательной тревожности – 14 (60,87%). В подавляющем большинстве это были молодые атлетки, с незначительным спортивным стажем и не высоким уровнем спортивной квалификации.

После статистической обработки и анализа полученных результатов проведенного анкетирования с применением опросника «Маскулинность, феминность и гендерный тип личности» [9, с. 1-8] [9, с. 1-8] в 2-х группах ($n=23$), нами были получены следующие результаты ГИТЛ, представленные в таблице 3.

Таблица 1

Результаты личностной тревожности у атлетов

№	Наименование показателя	Уровень индивидуальной тревожности, %		
		Низкий	Средний	Высокий
1.	Тяжёлая атлетика ($n=11$)	4 (36,36%)	2 (18,18%)	5 (45,46%)
2.	Пауэрлифтинг ($n=12$)	3 (25,00%)	3 (25,00%)	6 (50,00%)

Источник: разработано авторами

Таблица 2

Результаты ситуативной тревожности у атлетов

№	Наименование показателя	Уровень ситуативной тревожности, %		
		Низкий	Средний	Высокий
1.	Тяжёлая атлетика ($n=11$)	2 (18,18%)	1 (9,09%)	8 (72,73%)
2.	Пауэрлифтинг ($n=12$)	2 (16,67%)	4 (33,33%)	6 (50,00%)

Источник: разработано авторами

Таблица 3

Результаты самоопределение ГИТЛ у атлетов

№	Наименование показателя	Маскулинный тип	Андрогинный тип	Феминный тип
1.	Тяжёлая атлетика ($n=11$)	6 спортсменок 54,55%	4 спортсменки 36,36%	1 спортсменка 9,09%
2.	Пауэрлифтинг ($n=12$)	5 спортсменок 41,67%	5 спортсменок 41,67%	2 спортсменки 16,67%

Источник: разработано авторами

При этом обращает на себя внимание тот факт, что представительниц маскулинного типа в группе больше, чем феминного. Общее количество атлетов, с не феминным типом ГИТЛ (маскулинным и андрогинным) составило подавляющее большинство, как в группе тяжелоатлетов – 10 (90,91%), так и в группе атлетов, занимающихся пауэрлифтингом – 10 (83,33%).

Выводы и перспективы дальнейших исследований таковы:

1. Высокий уровень личностной и ситуативной тревожности характерен для молодых атле-

ток, с недостаточным опытом соревновательной деятельности и незначительными показателями уровня спортивной квалификации.

2. Данные о том, что у атлетов обеих групп (n=23), к маскулинному типу гендерной идентичности были отнесены 11 (47,83%), к андрогинному типу – 9 (39,13%), а к феминному типу всего 3 (13,04%) всех атлетов, наглядно свидетельствуют, что в данных группах имеется явное смещение от феминного типа гендерной идентификации личности, к маскулинному и андрогинному.

Список литературы:

1. Артамонова Т. В. Гендерная идентификация в спорте: Монография / Т. В. Артамонова, Т. А. Шевченко. – Волгоград : ФГОУ ВПО «ВГАФК», 2009. – 236 с.
2. Бендас Т. В. Гендерная психология: учебное пособие / Т. В. Бендас. – СПб. : Питер, 2006. – 430 с.
3. Ворожбитова А. Л. Гендер в спортивной деятельности: учеб. пособие / А. Л. Ворожбитова. – М.: ФЛИНТА: Наука, 2010. – 216 с.
4. Дамадаева А. С. Спортивно-важные качества личности спортсменов разного пола в маскулинных и феминных видах спорта / А. С. Дамадаева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 7. – С. 57–62.
5. Дейнеко А. Х. Тревожность и спортивная мотивация гимнасток в тренировочном процессе и в соревновательный период (сравнительный анализ) / А. Х. Дейнеко, Н. Л. Боляк // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2012. – № 4. – С. 172-177.
6. Егоров В. В. Влияние состояния тревожности на эффективность соревновательной деятельности баскетболистов-юниоров / В. В. Егоров // Вестник МГОУ. – 2010. – № 3. – С. 38-44.
7. Ильин Е. П. Психология спорта / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
8. Ильин Е. П. Пол и гендер / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2010. – 688 с.
9. Лопухова О. Г. Опросник «Маскулинность, феминность и гендерный тип личности» (Российский аналог «Bem sex role inventory») / О. Г. Лопухова // Вопросы психологии. – 2013. – № 1. – С. 1–8.
10. Рогачёв А. И. Исследование соревновательной тревожности спортсменов разной специализации / А. И. Рогачёв, Л. Г. Майдокина // Science Time. – 2015. – № 4 (16). – С. 659-664.
11. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Д. Спилбергер // Стресс и тревога в спорте. – М., 1983. – С. 12–24.
12. Хакунов Н. Х. Динамика тревожности спортсменов-тяжелоатлетов в предсоревновательной, соревновательной и постсоревновательной период / Н. Х. Хакунов, С.К. Багадирова, В. Ф. Воронов // Вестник Адыгейского государственного университета. – 2006. – № 2. – С. 241-243.
13. Ханин Ю. Л. Стресс и тревога в спорте / Ю. Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 2003. – 288 с.

Бугасвський К.А.

Інститут здоров'я, спорту та туризму
Класичного приватного університету

Черепок О.О., Волох Н.Г.

Запорізький державний медичний університет

ДОСЛІДЖЕННЯ РЯДУ ПСИХОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ У СПОРТСМЕНОК, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ АТЛЕТИЗМОМ

Анотація

На підставі аналізу та узагальнення літературних даних і результатів проведеного дослідження, в статті представлені матеріали, що стосуються питання вивчення значень особистісної та ситуативної тривожності, а також гендерної ідентифікації типу особистості у спортсменок, що займаються важкою атлетикою і пауерліфтингом. Наведено дані показників гендерної самоідентифікації і рівнів тривожності в досліджуваних групах. Описано виявлені варіанти гендерних значень в їх взаємозв'язку з певними типами передзмагальної тривожності у спортсменок в обох групах.

Ключові слова: спортсменки, атлетизм, важка атлетика, пауерліфтинг, тривожність, гендерна ідентифікація типу особистості.

Bugaevskiy K.A.

Institute of Health, Sport and Tourism,
Classic Private University

Cherepok A.A., Voloh N.G.

Zaporozhyye State Medical University

INVESTIGATION OF A SERIES OF PSYCHOLOGICAL INDICATORS OF WOMEN-ATHLETES WHO ARE ENGAGED IN ATHLETISM

Summary

Based on the analysis and synthesis of the literature data and the results of the study, the article presents the materials related to the study of the question of personal and situational anxiety values, as well as gender identity personality type in athletes involved in weightlifting and powerlifting. The data indicators gender identity and levels of anxiety in the studied groups. We describe the identification of options for gender values in their relationship with certain types of precompetitive anxiety in athletes in both groups.

Keywords: female athletes, athletics, weightlifting, powerlifting, anxiety, gender identity personality type.