

Секция «Психология»

**Отношение к психологическому сопровождению спортсменов с различными характеристиками ценностно-смысловой сферы**

**Андрянова Наталья Владимировна**

Аспирант

Санкт-Петербургский государственный университет, Факультет психологии,

Санкт-Петербург, Россия

E-mail: andriyanova89@mail.ru

В настоящее время для спорта высших достижений характерна большая конкуренция. Все большую значимость для спортсменов приобретает психологическая подготовка. В связи с этим проблема отношения спортсменов к психологическому сопровождению очень актуальна. Анализ специальной литературы [1,5,7,8] показал, что большинство исследований направлены на изучение отношения спортсменов к различным аспектам спортивной карьеры, таким как нагрузка, режим, систематичность тренировок, соревнования, однако очень мало внимания уделяется отношению к психологическому сопровождению. Кроме того, крайне мало исследована роль свойств личности, таких как самооценка и ценностно-смысловые ориентации, в формировании этих отношений.

Актуальность работы определяется необходимостью повышения эффективности психологической помощи с учётом отношения спортсменов к психологическому сопровождению. Также данное исследование является актуальным в связи с недостаточной изученностью взаимосвязей отношения к психологическому сопровождению с другими личностными особенностями, в частности с ценностно-смысловыми компонентами личности спортсмена.

Программа исследования базируется на теориях отношения В. Н. Мясищева [3]; концепциях личностного смысла Д. А. Леонтьева [2]; представлениях о ценностно-смысловой сфере личности С. Л. Рубинштейна, М. Г. Яницкого [4,6].

Гипотезы исследования:

- Отношение к психологическому сопровождению различается в зависимости от пола, возраста, вида спорта и квалификации спортсмена
- Отношение спортсменов к психологическому сопровождению различается в зависимости от их самооценки и ценностно-смысловых ориентаций

Цель исследования: Изучить взаимосвязи между компонентами отношения к психологическому сопровождению и характеристиками ценностно-смысловой сферы спортсменов.

Выборку представляет 101 спортсмен (46 мужчин и 55 женщин), в возрасте от 17 до 24 лет, занимающийся различными видами спорта (лыжи, фристайл, плавание, футбол, гимнастика, спортивный туризм, боевые искусства, легкая атлетика и другие), имеющих квалификацию от второго спортивного разряда до мастера спорта.

Методики исследования:

- Для определения отношения к психологическому сопровождению использовалась анкета «Отношение спортсменов к психологическому сопровождению»
- Для диагностики самооценки использовалась методика самооценки личности С. А. Будасси

· Для исследования ценностных ориентаций использовалась методика «Уровень соотношения «ценности» и «доступности» в различных жизненных сферах» Е.Б. Фанталовой

· Для диагностики смысло-жизненных ориентаций использовалась методика «Смысло-жизненные ориентации» (СЖО) Д. А. Леонтьева

Результаты:

1. Отношение спортсменов к психологическому сопровождению и у мужчин и у женщин характеризуется средней выраженностью эмоционального и поведенческого компонентов и незначительно превышающий средний уровень выраженностью когнитивного компонента. Спортсмены понимают необходимость психологической помощи, но не испытывают сильных положительных эмоций относительно психологического сопровождения и не планируют обращаться к психологу систематически.

2. Отношение спортсменов к психологическому сопровождению различается в зависимости от следующих параметров:

· Возраст - у более взрослых выше эмоциональный компонент, 23-24 летним спортсменам больше, чем 17-18 летним нравится, когда психолог им помогает.

· Вид спорта - в экстремальных видах (фристайл) более высокий поведенческий компонент.

· Квалификация – у мужчин-кандидатов в мастера спорта выше показатели когнитивного и поведенческого компонентов.

3. Характеристики ценностно-смысловой сферы спортсменов различаются в зависимости от их квалификации. У мастеров спорта более высокая дезинтеграция в мотивационно-личностной сфере. У перворазрядников более низкая осмысленность жизни.

4. Самооценка спортсменов различается в зависимости от ценностных и смысло-жизненных ориентаций. У спортсменов с нормальной самооценкой более высокие показатели дезинтеграции в мотивационно-личностной сфере, чем у спортсменов с завышенной самооценкой. У спортсменов с завышенной самооценкой более высокие показатели локуса контроля – жизнь и общей осмысленности жизни.

5. Отношение к психологическому сопровождению различается в зависимости от следующих характеристик смысловой сферы спортсменов:

· Самооценка - когнитивный и поведенческий компоненты выше при нормальной самооценке, чем при завышенной.

· Смысло-жизненные ориентации – эмоциональный компонент выше у спортсменов мужчин при неудовлетворённости прожитой частью жизни и при восприятии жизни как неинтересной и эмоционально ненасыщенной.

Полученные результаты указывают на значимость психологического сопровождения для достижения высоких результатов в спорте. Работа спортсмена с психологом для личностного роста способствует повышению осмысленности жизни и повышению самооценки, что, в свою очередь, приводит к повышению уверенности в себе и формированию спортивно важных качеств.

## **Литература**

1. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта М., 2007
2. Леонтьев Д. А. Психология смысла [текст].- М.: Смысл, 2003

3. Мясищев В. Н. Психология отношений. М. – Воронеж 2004
4. Рубинштейн, С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир/ С. Л. Рубинштейн. – СПб, изд-во «Питер», 2003
5. Стамбулова Н. Б. Психология спортивной карьеры. СПб, 1999
6. Яницкий М.С. «Ценностные ориентации личности как динамическая система». Кемерово, 2000
7. Bong M. & Clark R. E. Comparison between self-concept and self-efficacy in academic motivation research. Educational Psychologist, 1999
8. Martens R. Coaches guide to sport psychology. – Human Kinetics Publishers, INC, 1987