

**Павловский Евгений Евгеньевич,**

*студент магистратуры,*

*председатель правления Псковской региональной общественной*

*организации контактного каратэ,*

*г. Великие Луки, Псковская область, Россия*

## **ИССЛЕДОВАНИЕ САМООЦЕНКИ РАЗВИТИЯ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ЕДИНОБОРЦЕВ**

В статье представлены результаты исследования самооценки волевых качеств спортсменов-подростков, занимающихся контактными видами единоборств.

**Ключевые слова:** самооценка волевых качеств, выраженность волевых качеств, генерализированность волевых качеств, единоборства.

**Eugene E. Pavlovsky,**

*graduate student,*

*Chairman of the Board Pskov regional public organization of contact karate,*

*Velikie Luki, Pskov region, Russia*

## **THE STUDY OF SELF-ESTEEM DEVELOPMENT OF VOLITIONAL QUALITIES OF SPORTSMEN**

The article presents the research results of self-assessment volitional qualities of sportsmen-adolescents engaged in contact martial arts.

**Keywords:** Self-appraisal of volitional qualities, the severity of volitional qualities, generalizirovanny volitional qualities, martial arts.

Проблема воли и волевой активности всегда была актуальной и активно изучаемой в психологии [1]. Она, так или иначе, решалась представителями разных психологических теорий и направлений. При этом изучение психологических основ процесса развития волевой активности у занимающихся физической культурой и спортом, психологических механизмов и условий волевой подготовки спортсменов, формирования самооценки волевых качеств зачастую осуществлялось на взрослых спортсменах, у которых волевая сфера, как элемент структуры личности, уже сформирована, устойчива и определённа [2]. Представляется актуальным проведение исследований волевой сферы

личности подростков, занимающихся спортом и определение психологических факторов и механизмов, влияющих на самооценку развития волевых качеств в подростковом возрасте, одном из сенситивных периодов развития волевой сферы личности. Понять факторы и механизмы активизации волевой сферы личности, формирования целеустремлённости, настойчивости и упорства подростка является важной практической и актуальной теоретической проблемой.

*Цель нашего исследования* – определить психологические механизмы и факторы формирования самооценки развития волевых качеств у подростков-спортсменов.

На начальном этапе нашего исследования была проведена диагностика самооценки развития волевых качеств у подростков-спортсменов с помощью методики «Самооценка волевых качеств личности» Н.Е. Стамбуловой. Исследование проводилось на базе Псковской региональной общественной организации «Дзюшин-рю кэмпо каратэ». В исследовании приняли участие 22 подростка-спортсмена в возрасте 14-15 лет, занимающихся контактным каратэ в течение 5-7 лет.

Как показали результаты исследования, наиболее выраженным волевым качеством у спортсменов является «самообладание-выдержка» (63,6% респондентов демонстрируют высокие значения и 27,3% – средние). Такие высокие показатели в этой группе вполне объяснимы. В спорте обязательным является выполнение правил, спортсмен должен научиться управлять своим эмоциональным возбуждением, сопровождающим его с момента предсоревновательной ситуации. Низкие значения по шкале «самообладание-выдержка» демонстрируют только 9,1% спортсменов.

Достаточно высоко оценивают спортсмены выраженность такого качества, как «настойчивость-упорство» (45,5% демонстрируют высокие значения и 40,9% – средние). Это является свидетельством понимания спортсменами того, что успех в спортивной деятельности зависит именно от личной способности работать с полной отдачей, а также способности

переносить напряженную физическую работу и еще более тяжелые психические нагрузки спортивного соревнования. Низкие значения спортсменов по данному показателю наблюдали у 13,6% респондентов, что может свидетельствовать о том, что физический и психический потенциал этих ребят еще не задействован полностью: подросткам не хватает упорства при достижении цели и преодолении трудностей.

Самооценка волевого качества «смелость-решительность» по степени выраженности находится на третьем месте (45,5% респондентов демонстрируют высокие показатели и 36,4% – средние). Достаточно высокие результаты по данной шкале свидетельствуют о том, что спортсмены считают, что они научились преодолевать собственные страхи, могут действовать решительно и смело. Возможно, это обусловлено видом спорта, а возможно, именно смелые и решительные личности выбирают контактный вид единоборств. У остальных 18,1% спортсменов обнаруживаются низкие показатели по шкале «смелость-решительность».

По шкале «целеустремленность» спортсмены демонстрируют в равной степени, как высокие, так и средние самооценки выраженности волевых качеств (40,9% – высокие, 54,5% – средние). Это вполне объяснимо, так как ежедневные и многолетние тренировки учат спортсменов преодолевать препятствия и получать от этого удовольствие.

По шкале «самостоятельность-инициативность» спортсмены также демонстрируют в равной степени как высокие, так и средние самооценки выраженности исследуемого качества (36,4% и 36,4%). Низкие значения по данной шкале демонстрируют 27,2% испытуемых. Не очень высокие результаты по данной шкале могут рассматриваться как показатель того, что в ряде случаев достаточно большому числу испытуемых этой группы недостает самостоятельности и инициативности, ребята склонны к перекладыванию ответственности за себя, свое развитие, свои успехи на тренеров, ждут чётких инструкций и при этом боязливы. Это достаточно тревожный признак, требующий коррекции в работе с подростками.

Из вышеприведенных данных видно, что самооценка практически всех волевых показателей у испытуемых имеет высокую степень выраженности. Это указывает на то, что испытуемые оценивают свои волевые качества в спортивной деятельности достаточно высоко и, одновременно с этим, придают им достаточно большое значение.

Интересной особенностью данной методики является то, что она позволяет сравнить степень выраженности волевого показателя с тем, как этот же показатель проявляется в других жизненных ситуациях (генерализованность показателя). Результаты выраженности спортивных волевых качеств были сопоставлены с результатами исследования проявления воли тренирующихся подростков в разных жизненных ситуациях (генерализованный показатель). Все показатели выраженности спортивных волевых качеств превосходят аналогичные по параметру генерализованности, т.е. можно сделать вполне обоснованный вывод, что названные волевые качества в других сферах деятельности проявляются у испытуемых реже и в меньшей степени. Спорт, по всей видимости, представляется большинству респондентов весьма значимой и интересной сферой деятельности, с которой связаны определённые надежды, целевые установки, и в зависимости от которой ставится жизненный успех, поэтому и мобилизованность волевых качеств в указанной сфере несколько выше.

С другой стороны, можно предположить, что названные волевые качества формируются, прежде всего, в спортивной деятельности, поскольку постоянные тренировки, соревнования, ориентация на достижения требуют определённой выраженности указанных волевых качеств, а в других жизненных сферах таких требований нет, и, соответственно, в сознании подростков эти сферы не соотносятся, т.е. спорт – это одно, а остальная жизнь – это другое, и поэтому в спорте необходимо проявлять одни качества, а в жизни – иные. Наибольшее расхождение наблюдается по показателю «самообладание-выдержка». Получается, что в спортивной деятельности спортсмены способны к контролю за своим поведением, своими импульсами, способны подчинять их

спортивным целям, существующим правилам соревнований, а в других сферах деятельности большинство испытуемых теряют эти свойства или не демонстрируют. Это, в принципе, часто можно наблюдать в реальной жизни, когда подросток в общении и деятельности демонстрирует несдержанность и эмоциональную нестабильность. Полученный результат можно трактовать двояко. Либо в спорте респонденты находят своего рода отдушину, т.е. сублимируют свои импульсы и, тем самым, направляют энергию в необходимое для достижения результатов русло; либо спортивная деятельность способствует формированию этого качества за счёт жёсткой дисциплины, требований и наличия жёсткого соперничества, а в других жизненных сферах аналогичные факторы среды отсутствуют или имеют значительно более слабую степень выраженности.

В дальнейшем исследовании автор статьи планирует изучение показателей мотивации к успеху и избеганию неудач, потребности в достижениях: есть предположение, что психологическими факторами, положительно влияющими на самооценку развития волевых качеств у подростков-спортсменов, могут выступить высокая потребность в достижениях, высокий уровень мотивации успеха, средний уровень потребности в одобрении и боязни неудачи. На основе корреляционного и дисперсионного анализа можно будет определить, насколько спортивная мотивация может служить психологическим фактором формирования самооценки волевых качеств спортсменов.

#### *СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ*

- 1. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: «ЧеРо», при участии издательства «Юрайт», 2002. – 336 с.*
- 2. Самулкин С.Я., Горбунов Ю.Я. Особенности структуры волевой активности в различных видах спорта // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 2. – С. 25.*