

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ГРУППОВЫМИ И ИНДИВИДУАЛЬНЫМИ ВИДАМИ СПОРТА

О.Б. Михайлова, С.И. Кудинов, С.С. Кудинов, З.Р. Хайрова

Российский университет дружбы народов, г. Москва, Россия

Цель исследования. Определить психологические характеристики подростково-спортсменов, занимающихся индивидуальными и групповыми видами спорта. **Материалы и методы исследования.** 1) Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки; 2) Методика «Диагностика общей самооценки личности» (Г.Н. Казанцева); 3) Шкала явной тревожности CMAS (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale), разработанная американскими авторами (A. Castaneda, B.R. McCandless, D.S. Palermo) и адаптированная А.М. Прихожан; 4) Пятифакторный личностный опросник (Р. МакКрае и П. Коста). Статистический анализ результатов выполнен с использованием U-критерия Манна – Уитни и коэффициента ранговой корреляции Спирмена. **Результаты.** В проявлениях личностных особенностей подростков, занимающихся индивидуальными видами спорта, определены более высокие показатели негативизма, у данной группы значительно выше уровень самооценки. Подростки, занимающиеся групповыми видами спорта, проявляют большую физическую агрессию, в то же время у них более низкая самооценка, низкий уровень тревожности. **Заключение.** Полученные в исследовании результаты позволят составить рекомендации подросткам, их родителям и тренерам по развитию физической активности в различных видах спорта, которые, безусловно, будут способствовать формированию психологического и физического здоровья.

Ключевые слова: развитие личности, самореализация, психологические особенности, подростки, групповые и индивидуальные виды спорта.

Введение. В условиях современной цифровизации образования, увлечений компьютерными играми и трансформации реальной коммуникации в виртуальное общение на фоне постоянно растущей гиподинамии роль спортивной деятельности в жизни современной молодёжи возрастает многократно. Нельзя не согласиться с рядом авторов (О.В. Кольпа, П.А. Стежко и др.), что современные подростки вынуждены проводить в интернет-пространстве значительную часть как учебного времени, так и досуга [5, 7]. Одним из актуальных направлений в развитии и образовании подрастающего поколения является активизация здорового образа жизни, усиление роли физической культуры и спорта в жизни современного подростка и обоснование перспектив спортивных достижений для личностной самореализации [3, 4, 6, 9].

Психологические характеристики личности спортсменов являлись предметом научного интереса как российских исследователей (Е.П. Ильин, Т.О. Гордеева, С.Ю. Манухина, А.Ц. Пуни, А.В. Родионов, П.А. Рудик, Ю.А. Ханин, О.А. Черникова и др.), так и за-

рубежных ученых (K. Henriksen, L. Storm, С.Н. Larsen, N. Stambulova, T.V. Ryba и др.) [7, 8, 10, 11]. Особенности и условия сопровождения развития подростков в групповых и индивидуальных видах спорта рассматривались в работах С.А. Гапонова, С.Д. Дёминой, В.С. Гилиной и др. [1, 2, 4]. В современной практике физической культуры и спорта остаётся достаточно перспектив для формирования психологических условий привлечения подростков к спортивной деятельности и сопровождения личностного развития и самореализации молодёжи в спорте.

Цель исследования: выявить различия и определить психологические характеристики подростково-спортсменов, занимающихся индивидуальными и групповыми видами спорта.

Материалы и методы исследования. Участниками исследования являлись 120 подростков от 13 до 15 лет, 60 юношей и 60 девушек, из которых 30 юношей и 30 девушек занимаются групповыми видами спорта (баскетбол, футбол) и 30 юношей и 30 девушек занимаются индивидуальными видами спорта (восточные единоборства, плавание). Все уча-

стники исследования занимаются спортивной деятельностью не менее трех лет и имеют не менее второго юношеского разряда.

В качестве инструментов исследования использовались следующие методики: 1) Опросник уровня агрессивности А. Басса – А. Дарки; 2) Методика «Диагностика общей самооценки личности» (Г.Н. Казанцева); 3) Шкала явной тревожности СМАС; 4) Пятифакторный личностный опросник (Р. МакКрае и П. Коста).

Результаты исследования. Полученные в ходе анализа результатов опросника агрессивности А. Басса – А. Дарки данные позволяют констатировать, что большинство подростков в обеих группах имеют средний уровень проявления индекса враждебности (86 % – в группе лиц, занимающихся групповыми видами спорта, 80 % – в группе лиц, занимающихся индивидуальными видами спорта). Повышенный уровень враждебности диагностируется только у 10 % респондентов, которые занимаются футболом и баскетболом, а также у 20 % подростков, занимающихся восточными единоборствами и плаванием.

Показатели индекса агрессивности принимают умеренные значения у 54 % подростков, которые занимаются групповыми видами спорта, а также у 56 % спортсменов, которые занимаются индивидуальными видами спорта.

Таким образом, на основании результатов диагностики определено, что в качестве наиболее выраженной тенденции может рассматриваться физическая агрессия.

Результаты проверки достоверности различий с использованием U-критерия Манна – Уитни выявили статистически достоверные различия по показателям шкалы *негативизм* в двух группах спортсменов ($U = 886$; $p < 0,01$). Следовательно, уровень негативизма у лиц, занимающихся индивидуальными видами спорта, достоверно выше, чем у лиц, занимающихся групповыми видами спорта.

Результаты диагностики общей самооценки личности с использованием методики Г.Н. Казанцевой показали, что большинство участников исследования в двух группах имеют высокий уровень самооценки. У 82 % спортсменов, занимающихся групповыми видами спорта, и у 100 % участников исследования, занимающихся индивидуальными видами спорта, диагностируется высокий уровень самооценки.

Для лиц, занимающихся индивидуальными видами спорта, характерным является дос-

товерно более высокий уровень самооценки ($U = 841,00$; $p < 0,01$). Спортсмены, занимающиеся восточными единоборствами и плаванием, характеризуются более высоким уровнем оценки собственных качеств и особенностей по сравнению со спортсменами, занимающимися футболом или баскетболом.

Результаты диагностики с применением Шкалы явной тревожности СМАС обнаружили, что показатели тревожности имеют нормальный уровень у 76 % спортсменов, занимающихся групповыми, а также у 78 % спортсменов, занимающихся индивидуальными видами спорта. Низкий уровень тревожности или отсутствие явной тревожности диагностируется у 24 % участников, занимающихся групповыми видами спорта, а также у 22 % спортсменов, занимающихся индивидуальными видами спорта. Таким образом, уровень тревожности у подростков, занимающихся групповыми видами спорта, ниже, чем у подростков, занимающихся индивидуальными видами спорта.

Качественный анализ данных респондентов с использованием Пятифакторного личностного опросника (Р. МакКрае и П. Коста) показал, что по шкале *экстраверсия* у респондентов из двух групп (по 58 %) доминируют проявления экстравертированности. Выраженные низкие показатели по шкале *экстраверсия* имеют 14 % участников исследования, которые занимаются групповыми видами спорта, а также 2 % из группы лиц, занимающихся индивидуальными видами спорта. Большинство участников исследования, занимающихся индивидуальными видами спорта, характеризует низкий уровень результатов по шкале *привязанность – обособленность* (56 %); в группе спортсменов, занимающихся групповыми видами спорта, таких респондентов 40 %.

По шкале *самоконтроль – импульсивность* высокий уровень самоконтроля характерен для 58 % участников исследования, занимающихся групповыми видами спорта, а также для 76 % испытуемых, которые занимаются индивидуальными видами спорта. Таким образом, подростки, занимающиеся индивидуальными видами спорта, в целом более склонны к самоконтролю. Низкий уровень самоконтроля диагностируется у 14 % спортсменов, которые занимаются футболом и баскетболом.

В ходе исследования определено, что 60 % участников, занимающихся групповыми ви-

Современные педагогические и психологические технологии...

дами спорта, и 62 % участников, занимающихся индивидуальными видами спорта, имеют низкий уровень по шкале *экспрессивность – практичность*.

Полученные данные статистического анализа позволяют заключить, что две группы на статистически достоверном уровне различаются по показателям шкал *привязанность – обособленность* ($U = 799,50$; $p = 0,01$) и са-

моконтроль – импульсивность ($U = 919,5$; $p < 0,02$). Уровень привязанности достоверно выше у лиц, занимающихся групповыми видами спорта.

Результаты корреляционного анализа личностных характеристик спортсменов индивидуальных и групповых видов спорта с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена представлены в табл. 1 и 2.

Таблица 1
Table 1

Значимые результаты корреляционного анализа в группе спортсменов, занимающихся групповыми видами спорта ($n = 60$)
Significant results of correlation analysis in athletes from team sports ($n = 60$)

Шкалы методик Scale	CMAS	Экстраверсия – интроверсия Extroversion – Introversion	Привязанность – обособленность Attachment – Detachment	Самоконтроль – импульсивность Self-control – impulsivity	Эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость Emotional stability – Emotional instability	Экспрессивность – практичность Expressiveness – Rationality
Раздражение (Р) / Irritation	-0,03	0,16	0,35*	-0,01	0,14	-0,12
Чувство вины (ЧВ) / Guilt	-0,26	0,32*	0,18	-0,11	-0,01	-0,03
Индекс враждебности (ИВ) Hostility Index	0,20	0,12	-0,13	-0,34*	-0,19	-0,17
Индекс агрессивности (ИА) Aggression Index	-0,09	0,26	0,30*	0,06	0,17	-0,17

* – результаты достоверны на уровне статистической значимости $p < 0,05$.

* – results are significant at $p < 0.05$.

Таблица 2
Table 2

Значимые результаты корреляционного анализа в группе спортсменов, занимающихся индивидуальными видами спорта ($n = 60$)
Significant results of correlation analysis in athletes from individual sports ($n = 60$)

Шкалы методик Scale	Шкала явной тревожности Manifest anxiety scale	Экстраверсия – интроверсия Extroversion – Introversion	Привязанность – обособленность Attachment – Detachment	Самоконтроль – импульсивность Self-control – impulsivity	Эмоциональная устойчивость – эмоциональная неустойчивость Emotional stability – Emotional instability	Экспрессивность – практичность Expressiveness – Rationality
Физическая агрессия (ФА) Physical aggression	0,03	0,20	-0,13	0,08	0,06	-0,30*
Вербальная агрессия (ВА) Verbal aggression	-0,06	-0,01	0,03	-0,15	0,31*	0,14
Общая самооценка General self-esteem	0,29*	0,20	0,05	0,02	0,03	0,23
Шкала явной тревожности Manifest anxiety scale	1,00	0,31*	0,05	-0,15	0,12	0,11
Привязанность – обособленность Attachment – detachment	0,05	0,05	1,00	-0,15	-0,35*	0,06

* – результаты достоверны на уровне статистической значимости $p < 0,05$.

* – results are significant at $p < 0.05$.

Выявлены значимые взаимосвязи между шкалами *раздражение* ($r = 0,35$) и шкалой *привязанность – обособленность* ($r = 0,35$), а также *индексом агрессивности* и шкалой *привязанность – обособленность* ($r = 0,30$). Данные позволяют утверждать, что подростки, занимающиеся групповыми видами спорта, испытывают раздражение и агрессивность в проявлениях отчуждения и недоброжелательности по отношению к ним. Определены корреляции между шкалами *чувство вины* и *экстраверсия – интроверсия* ($r = 0,32$).

Значимые связи по шкалам *индекс враждебности* и *самоконтроль – импульсивность* ($r = -0,34$) показывают, что в проявлениях враждебности подростки, занимающиеся групповыми видами спорта, не склонны к самоконтролю. По результатам корреляционного анализа (см. табл. 2) определена обратная корреляция по шкалам *физическая агрессия* и *экспрессивность – практичность* ($r = -0,30$). Участники исследования, которые характеризуются высоким уровнем физической агрессии, вероятнее всего будут характеризоваться высоким уровнем проявления сдержанности в разрешении конфликта.

Значимые связи по шкалам *вербальная агрессия* и проявления *эмоциональной устойчивости – эмоциональной неустойчивости* ($r = 0,31$) позволяют утверждать, что подростки, занимающиеся индивидуальными видами спорта, будут склонны к проявлению эмоциональной устойчивости в проявлениях вербальной агрессии. Результаты корреляционного анализа по шкалам *общая самооценка* и *явная тревожность* ($r = 0,29$) показывают, что те спортсмены, которые характеризуются высоким уровнем самооценки, вероятнее всего будут склонны к проявлению тревожности.

Корреляции по шкалам *явная тревожность* и *экстраверсия – интроверсия* ($r = 0,31$) позволяют предположить, что у подростков, занимающихся индивидуальными видами спорта, уровень тревожности вероятнее всего будет характеризоваться выраженной экстравертированностью. Обратная значимость корреляций между шкалами *привязанность – обособленность* и *эмоциональная устойчивость* ($r = -0,35$) свидетельствует о том, что респонденты из группы индивидуальных видов характеризуются высоким уровнем привязанности (доброжелательности) и вероятнее всего будут иметь низкий уровень эмоциональной неустойчивости.

Обсуждение результатов. В целом у подростков-спортсменов, занимающихся индивидуальными видами спорта, в проявлениях агрессивности выражены раздражительность, негативизм, обида, подозрительность и вербальная агрессия. У подростков из группы индивидуальных видов спорта значительно выше выражен уровень самооценки и показатели явной тревожности выше, чем у представителей групповых видов спорта. Данная группа респондентов склонна к экстраверсии, индивидуализации достижений, самоконтролю и эмоциональной неустойчивости. Представители групповых видов спорта отличаются проявлениями большей физической агрессии, но значительно меньшими проявлениями негативизма по сравнению со спортсменами, занимающимися индивидуальными видами спорта. Для данной группы характерна более низкая самооценка и низкий уровень тревожности, а также большая импульсивность и приверженность группе.

Полученные результаты позволяют разработать новые технологии психолого-педагогического сопровождения развития начинающих спортсменов в групповых и индивидуальных видах спорта, а также сформулировать рекомендации подросткам и их родителям по развитию физической активности в различных видах спорта, которые, безусловно, будут способствовать формированию психологического и физического здоровья.

Благодарность. Исследование проведено в рамках инициативной НИР 050423-0-000 «Интернет-пространство как инновационная сфера самореализации личности в современном обществе», выполняемой на базе кафедры социальной и дифференциальной психологии филологического факультета РУДН.

Литература

1. Гапонова, С.А. Психолого-педагогические условия успешности подростков-спортсменов / С.А. Гапонова, Д.С. Дёмина // *Современные проблемы науки и образования*. – 2014. – № 6. – С. 1542.
2. Гилина, В.С. Личностные особенности баскетболисток 14–16 лет и их влияние на игровые амплуа // *Вестник физ. культуры и спорта*. – 2017. – № 4 (19). – С. 16–21.
3. Интегративный подход к оценке координационных способностей спортсменов-конников начального этапа подготовки / Т.А. Рыженкова, В.В. Горелик, З.Р. Хайрова,

Т.П. Кнышева // *Человек. Спорт. Медицина*. – 2020. – Т. 20, № 1. – С. 74–81. DOI: 10.14529/hsm200109

4. Каськова, Д.С. Психологические механизмы регуляции спортивной деятельности (на примере индивидуальных и групповых видов спорта) // *Вестник ЮУрГУ. Серия «Психология»*. – 2012. – № 6 (265). – С. 129–131.

5. Клыпа, О.В. Профилактика интернет-зависимости у подростков посредством спортивного досуга (скалолазание) / О.В. Клыпа, П.А. Стежко // *Проблемы современ. пед. образования*. – 2020. – № 67–4. – С. 189–192.

6. Самооценка личности как фактор, определяющий мотивационную сферу спортсмена / В.И. Шарагин, В.Ю. Карпов, А.С. Махов и др. // *Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта*. – 2018. – № 3 (157). – С. 389–393.

7. Хомик, А.В. Применение методов спортивной психологии в повседневной деятельности человека / А.В. Хомик, Н.В. Данилова // *Наука и образование: новое время*. – 2019. – № 1 (30). – С. 544–547.

8. *International Society of Sport Psychology Position Stand: Athletes' Mental Health, Perfor-*

mance, and Development / R. Schinke, G. Si, N. Stambulova, Z. Moore // *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. – 2017. – No. 5. – P. 5–28. DOI: 10.1080/1612197X.2017.1295557

9. *Successful and Less Successful Interventions with Youth and Senior Athletes: Insights from Expert Sport Psychology Practitioners* / K. Henriksen, L. Storm, C.H. Larsen et al. // *Journal of clinical sport psychology*. – 2017. – No. 13 (1). – P. 72–94. DOI: 10.1123/jcsp.2017-0005

10. *Stambulova, N. Career Development and Transitions of Athletes: The International Society of Sport Psychology Position Stand Revisited International* / N. Stambulova, T.V. Ryba, K. Henriksen // *Journal of Sport and Exercise Psychology*. – 2020. DOI: 10.1080/1612197X.2020.1737836

11. *The Role of Persistence in Students' Self-realization* / S.I. Kudinov, S.S. Kudinov, I.B. Kudinova, O.B. Mikhailova // *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*. – 2017. – No. 5 (2). – P. 19–26. DOI: 10.5937/IJCRSEE1702019K

Михайлова Ольга Борисовна, кандидат педагогических наук, доцент кафедры социальной и дифференциальной психологии филологического факультета, Российский университет дружбы народов. 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, 10/2. E-mail: olga00241@yandex.ru, ORCID: 000-0001-5046-1452.

Кудинов Сергей Иванович, доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой социальной и дифференциальной психологии филологического факультета, Российский университет дружбы народов. 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, 10/2. E-mail: rudn.tgu@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-2117-6975.

Кудинов Станислав Сергеевич, кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной и дифференциальной психологии филологического факультета, Российский университет дружбы народов. 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, 10/2. E-mail: kudinov84stas@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-1515-8754.

Хайрова Зульфия Рафиковна, ассистент кафедры социальной и дифференциальной психологии, Российский университет дружбы народов. 117198, г. Москва, ул. Миклухо-Маклая, 10/2. E-mail: zulya.r.90@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-5367-2156.

Поступила в редакцию 20 ноября 2020 г.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF TEENAGERS ENGAGED IN INDIVIDUAL AND TEAM SPORTS

O.B. Mikhailova, olga00241@yandex.ru, ORCID: 000-0001-5046-1452,

S.I. Kudinov, rudn.tgu@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-2117-6975,

S.S. Kudinov, kudinov84stas@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-1515-8754,

Z.R. Khayrova, zulya.r.90@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-5367-2156

Peoples' Friendship University of Russia (RUDN University), Moscow, Russian Federation

Aim. The paper aims to determine the psychological characteristics of adolescent athletes engaged in individual and team sports. **Materials and methods.** The study involved 120 respondents (60 males and 60 females) aged 13–15 years from individual and team sports. The following methods were used: 1) the Buss-Durkee Hostility Scale; 2) General self-esteem diagnostics (G.N. Kazantsev); 3) CMAS (the Children's Form of Manifest Anxiety Scale) developed by A. Castenada, V.R. McCandless, D.S. Palermo and adapted by A.M. Prikhozhan; 4) the five-factor personality questionnaire (R. McCrae and P. Costa). Statistical analysis of the research results was performed using the Mann – Whitney U-test and Spearman's rank correlation coefficient. **Results.** Higher negativity was identified in personal characteristics of teenagers engaged in individual sports, and this group has a significantly higher level of self-esteem. Teenagers from individual sports are prone to individualization and self-control. Teenagers from team sports are more physically aggressive, however, they show lower self-esteem and a low level of anxiety. **Conclusion.** The results obtained in the study can be used for making recommendations to teenagers, their parents and coaches about the development of physical qualities in various sports, which will certainly contribute to both mental and physical health.

Keywords: physical development, self-realization, psychological characteristics, teenagers, team and individual sports.

References

1. Gaponova S.A., Dēmina D.S. [Psychological and Pedagogical Conditions for the Success of Adolescent Athletes]. *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern Problems of Science and Education], 2014, no. 6, p. 1542.
2. Gilina V.S. [Personal Characteristics of Basketball Players Aged 14–16 and Their Influence on Playing Roles]. *Vestnik fizicheskoy kul'tury i sporta* [Bulletin of Physical Culture and Sports], 2017, no. 4 (19), pp. 16–21. (in Russ.)
3. Ryzhenkova T.A., Gorelik V.V., Khayrova Z.R., Knysheva T.P. An Integrative Approach to Assessing the Coordination Abilities of Equestrian Athletes at the Initial Stage of Training. *Human. Sport. Medicine*, 2020, vol. 20, no. 1, pp. 74–81. DOI: 10.14529/hsm200109
4. Kas'kova D.S. Psychological Mechanisms of Regulation of Sports Activity (on the Example of Individual and Group Sports). *Bulletin of the South Ural State University. Series. Psychology*, 2012, no. 6 (265), pp. 129–131. (in Russ.)
5. Klypa O.V., Stezhko P.A. [Prevention of Internet Addiction in Adolescents Through Sports Leisure (Rock Climbing)]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya* [Problems of Modern Pedagogical Education], 2020, no. 67–4, pp. 189–192. (in Russ.)
6. Sharagin V.I., Karpov V.Yu., Makhov A.S. et al. [Self-Esteem of Personality as a Factor Determining the Motivational Sphere of an Athlete]. *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta* [Scientific notes of the P.F. Lesgaft], 2018, no. 3 (157), pp. 389–393. (in Russ.)
7. Khomik A.V., Danilova N.V. [Application of Methods of Sports Psychology in Everyday Human Activity]. *Nauka i obrazovaniye: novoye vremya* [Science and Education. New Time], 2019, no. 1 (30), pp. 544–547. (in Russ.)

8. Schinke R., Si G., Stambulova N., Moore Z. International Society of Sport Psychology Position Stand: Athletes' Mental Health, Performance, and Development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2017, no. 5, pp. 5–28. DOI: 10.1080/1612197X.2017.1295557

9. Henriksen K., Storm L., Larsen C.H. et al. Successful and Less Successful Interventions with Youth and Senior Athletes: Insights from Expert Sport Psychology Practitioners. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 2017, no. 13(1), pp. 72–94. DOI: 10.1123/jcsp.2017-0005

10. Stambulova N., Ryba T.V., Henriksen K. Career Development and Transitions of Athletes: The International Society of Sport Psychology Position Stand Revisited International. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2020. DOI: 10.1080/1612197X.2020.1737836

11. Kudinov S.I., Kudinov S.S., Kudinova I.B., Mikhailova O.B. The Role of Persistence in Students' Self-Realization. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 2017, no. 5 (2), pp. 19–26. DOI: 10.5937/IJCRSEE1702019K

Received 20 November 2020

ОБРАЗЕЦ ЦИТИРОВАНИЯ

Психологические особенности подростков, занимающихся групповыми и индивидуальными видами спорта / О.Б. Михайлова, С.И. Кудинов, С.С. Кудинов, З.Р. Хайрова // Человек. Спорт. Медицина. – 2021. – Т. 21, № S1. – С. 86–92. DOI: 10.14529/hsm21s113

FOR CITATION

Mikhailova O.B., Kudinov S.I., Kudinov S.S., Khayrova Z.R. Psychological Characteristics of Teenagers Engaged in Individual and Team Sports. *Human. Sport. Medicine*, 2021, vol. 21, no. S1, pp. 86–92. (in Russ.) DOI: 10.14529/hsm21s113
