

Методология проведения психодиагностических исследований в олимпийском спорте

Надежда Высочина

АННОТАЦИЯ

В статье представлены структура и алгоритм психодиагностических исследований в олимпийском спорте на основе методологического подхода. Определена последовательность структурных компонентов как основа для разработки алгоритма реализации методологии. Рассмотрены основные формы проявления психики спортсменов и их взаимосвязь. На примере результатов тестирования членов сборных команд Украины, специализирующихся в циклических, сложнокоординационных, игровых видах спорта и единоборствах, при подготовке к главным соревнованиям года показаны особенности и различия их психологического профиля как наглядная реализация алгоритма применения методологии психодиагностических исследований в олимпийском спорте. Изучены индивидуальные и групповые характеристики типа темперамента, а также их процентное соотношение по видам спорта. Проанализированы показатели уровня психологического и физиологического стресса, особенностей восприятия, гендерные характеристики в качестве основополагающих психологических детерминант личности спортсмена. Изучены ключевые психологические факторы предрасположенности спортсменов к определенному типу двигательной активности. Предложены пути совершенствования алгоритма психодиагностики для выявления и развития спортивных задатков по отдельным направлениям.

Ключевые слова: психодиагностика, олимпийский спорт, методология исследований.

ABSTRACT

The paper presents the structure and algorithm of psychodiagnostic studies in Olympic sports on the basis of the methodological approach. The order of structural components is determined as a basis for developing implementation algorithm for the methodology. The basic forms of manifestations of athlete's mentality and their relationship are examined. Using the assessment results of Ukrainian national team members specialized in cyclic, complex coordination, team or combat sports during preparation for the main competition of the year, the peculiarities and distinctions of their psychological profiles are identified to demonstrate the usability of implementation algorithm for the methodology of psychodiagnostic studies in Olympic sports. Individual and group characteristics of the type of temperament were studied, as well as the percentage distribution of different types of temperament in various sports. The indicators of the levels of psychological and physiological stress and of the peculiarities of perception, along with the gender characteristics were analyzed as fundamental psychological determinants of athlete's personality. The key psychological factors of predisposition of athletes to a certain type of physical activity are investigated. The ways are suggested to improve the algorithm of psychodiagnostic testing and development of different aspects of athlete's sporting potential.

Keywords: psychodiagnostics, Olympic sport, research methodology.

© Надежда Высочина, 2017



Постановка проблемы. Одним из актуальных направлений психологического обеспечения в олимпийском спорте является разработка научно обоснованной методологии психодиагностических исследований. Значимость данной проблемы обусловлена отсутствием целостной системы знаний в области психодиагностики, учитывающей потребности и тенденции развития современного олимпийского спорта.

В основе методологии психодиагностических исследований в спорте лежит понятие «спортивная психодиагностика» – прикладной раздел психологии спорта, предметом которой являются измерение и контроль психических особенностей спортивной деятельности и ее исполнителей – спортсменов [9, 17, 25].

Имеющаяся сегодня в информационном пространстве специальная литература преимущественно ориентирована на диагностику отдельных компонентов психики без учета специфики двигательной активности спортсменов [1, 3, 4, 6, 29, 35] и носит узконаправленный характер. Большинство работ освещают локальные исследования психики спортсменов [14, 23, 34], в которых не заложен интегративный подход, а продолжных исследований, осуществляемых в процессе многолетней подготовки, практически нет из-за сложности организации данного процесса [17, 21, 25, 31]. Наиболее распространенные методики психодиагностики, применяемые в настоящее время в спортивной практике, разрабатывались на основе тестирования людей, не занимающихся спортом [5, 11, 15, 16, 33], что не позволяет объективно оценивать результаты тестирования, особенно если это касается спортсменов высокого класса. Кроме того, основная часть известных методик морально устарела, поскольку большинство из них были разработаны в 1960–1970-е годы. При этом важность и необходимость проведения психодиагностических исследований в олимпийском спорте бесспорны, поскольку точная психодиагностика предоставляет убедительные доказательства оценки психологических характеристик спортсмена, по-

зволяет отследить их в динамике и получить на их основе практические рекомендации, сократить время и затраты на спортивную подготовку, снизить бесконтрольный отсев спортсменов, поднять уровень и стабильность спортивных результатов, что непосредственно влияет на эффективность соревновательной деятельности [9, 20, 22, 31].

Цель исследования – разработать методологию проведения психодиагностических исследований в олимпийском спорте и обосновать целесообразность ее применения.

Методы исследования: диалектический метод; общенаучные методы исследования: системный метод, описание, сравнение, обобщение, анализ, синтез, абстрагирование, метод восхождения от абстрактного к конкретному; педагогическое наблюдение; методы психодиагностики [4, 19, 23, 30].

Исследования проводились на базе Научно-исследовательского института Национального университета физического воспитания и спорта Украины. В них принимали участие 70 спортсменов, членов сборных команд Украины по плаванию ($n = 14$), прыжкам в воду ($n = 12$), хоккею ($n = 30$) и тхэквондо ($n = 14$).

Результаты исследования и их обсуждение. Для проведения психодиагностических исследований в олимпийском спорте и выбора ключевых параметров тестирования необходимо четко представить целостную структуру психики спортсмена, что позволит выделить блоки информации и определить основные направления ее изучения [21, 22, 24]. С этой целью рассмотрение данной проблемы следует осуществлять на методологической основе, которая включает в себя разработку системы знаний, ключевыми блоками которой являются: стратегия реализации, формулирование целевых установок и задач реализации, выявление принципов, методов и направлений психодиагностики в олимпийском спорте, а также формы ее реализации и критериев оценки психологических характеристик для обоснования алгоритма исследований (рис. 1).



РИСУНОК 1 – Методология психодиагностических исследований в олимпийском спорте

При разработке стратегии реализации психодиагностических исследований необходимо учитывать этапы и периоды подготовки в рамках годичного и четырехлетнего циклов. Состояние оптимальной боевой готовности спортсмена является динамичной психологической характеристикой, которая изменяется в соответствии с объемом и интенсивностью нагрузки и требует психологического контроля путем проведения психодиагностических исследований на всех этапах подготовки. Как правило, оптимальная боевая готовность спортсмена связана с пиком его физической формы. В связи с этим, ведущая задача психодиагностики – выявление и анализ психологических преимуществ спортсмена (сильных сторон его личности) для их максимального использования в главных соревнованиях года (олимпийского цикла) [13].

Еще одно направление стратегии реализации психодиагностических исследований предусматривает определение условий, в которых необходимо проводить тестирование, – тренировочных или соревновательных, до или после физической нагрузки, включающих влияние определенных факторов (климатических, временных и др.). Кроме этого, стратегия реализации предполагает выбор адекватных методов психодиагностики и рациональную организацию исследований – место и время проведения с учетом контингента испытуемых.

При выборе методов психодиагностики подбираются методики, а также унифицированные батареи тестов, позволяющие с высокой степенью точности, информативности и надежности комплексно оценить основные психологические составляющие подготовленности спортсменов в процессе тренировочной и соревновательной деятельности на всех этапах подготовки.

Следующим пунктом в алгоритме психодиагностических исследований является формулирование целевых установок и задач реализации. Прежде всего это связано с оценкой состояния психологической готовности спортсмена, психологическим отбором и ориентацией, определением направлений психокоррекции и изучением динамики психологических показателей.

В процессе проведения психодиагностических исследований важно соблюдать ряд требований, составляющих содержание принципов психодиагностики. Среди большого количества принципов мы выделили наиболее значимые с учетом требований спортивной деятельности. К ним относятся:

- комплексный характер исследований – предполагает всестороннее изучение объекта исследования путем применения комплекса методик для получения многофакторной информации;

- оперативность – напряженный рабочий график деятельности спортсмена требу-

ет подбора таких методик психодиагностики, которые при минимальных затратах времени обеспечивали бы получение необходимого для анализа личностных характеристик количества материала;

- прогностичность – методики психодиагностики должны обеспечивать интерпретацию полученных данных для прогноза динамики результатов спортсмена и анализа психологических факторов, влияющих на эффективность соревновательной деятельности;

- валидность и надежность – отражают научно обоснованный характер исследований и подбора методик, соответствующих специфике вида спорта;

- индивидуальность – предполагает учет уровня квалификации спортсмена, его пола, возраста и других индивидуально-психологических характеристик;

- объективность – предусматривает беспристрастное отношение и отсутствие субъективного личностного влияния психолога на анализ и интерпретацию результатов тестирования.

На практике применяются различные формы психодиагностического исследования: беседа, анкетирование, тестирование, визуальные наблюдения, контроль психоэмоционального состояния (измерение артериального давления, частоты сердечных сокращений, ширины зрачков и др.). При этом основными методами психодиагности-

ки, направленными на решение широкого круга задач, являются тестирование и опрос, а их методическим воплощением – тесты и опросники, которые решают отдельные задачи процесса подготовки и называются методиками. Главное отличие методики от метода состоит в том, что она предоставляет конкретные инструкции по проведению диагностических процедур, обработке данных и интерпретации результатов. Каждый метод диагностики включает в себя неограниченное количество методик [1, 5, 6, 16].

Изучение методов психодиагностических исследований показывает, что их можно подразделить на три основные группы (подхода): объективные, субъективные и проективные [6]. В соответствии с предложенными подходами проведем анализ методов психодиагностики.

Объективные методы позволяют осуществлять диагностику на основе оценки результативности спортсмена или индивидуального стиля (особенностей выполнения) деятельности. В эту группу входят различные виды тестирования (личности, специальных способностей, достижений, интеллекта) и аппаратные методики, связанные с изучением психофизиологических особенностей спортсмена.

Субъективные методы представляют собой диагностику сведений, которые спортсмен сообщает о себе путем заполнения опросников. К этой группе методов относятся личные опросники, опросники состояния, настроения, мнений и анкеты. Особенностью и недостатком этих методов является то, что часто при заполнении опросников спортсмен может давать социально желаемые ответы, особенно если он считает, что речь идет о психологическом отборе. Поэтому для получения достоверных и правдивых результатов тестирования кроме указанных применяются *проективные* методы, в основе которых лежит оценка стимульного материала (неоконченные предложения, ассоциативные образы, интерпретация картинок, психодрама – театральная постановка проблемной ситуации, рисуночные тесты и др.).

В отличие от объективных и субъективных методов *проективные* методы позволяют давать множество интерпретаций и ответов при восприятии экспериментальной ситуации. При этом ответы не могут быть правильными или неправильными. Отсутствие ответа (ассоциации) также предоставляет важную информацию о психологических блоках, требующих внимания специалиста, а возможно и коррекции. Ана-

лиз результатов проективных методов позволяет оценить подсознательные реакции и потребности спортсмена, что очень важно при работе не только с психическими, но и психосоматическими и физиологическими реакциями и зажимами (блоками).

При выборе основных направлений психодиагностики главной задачей является подбор таких психологических параметров, которые бы наиболее полно отражали уровень психологической подготовленности спортсмена.

Основой для дифференцированного подхода в рассмотрении психологической подготовленности спортсменов можно считать структуру основных форм проявления психики, предложенную М. В. Гамезо и И. А. Домашенко [8] (рис. 2).

Исходя из данной классификации, в структуре психологической подготовленности спортсменов можно выделить ряд компонентов:

- психические познавательные и эмоционально-волевые процессы, определяющие уровень восприятия и переработки информации, особенности реагирования и настройки на предстоящее соревнование, а также характеризующие специфику обучения спортсмена технико-тактическим навыкам;

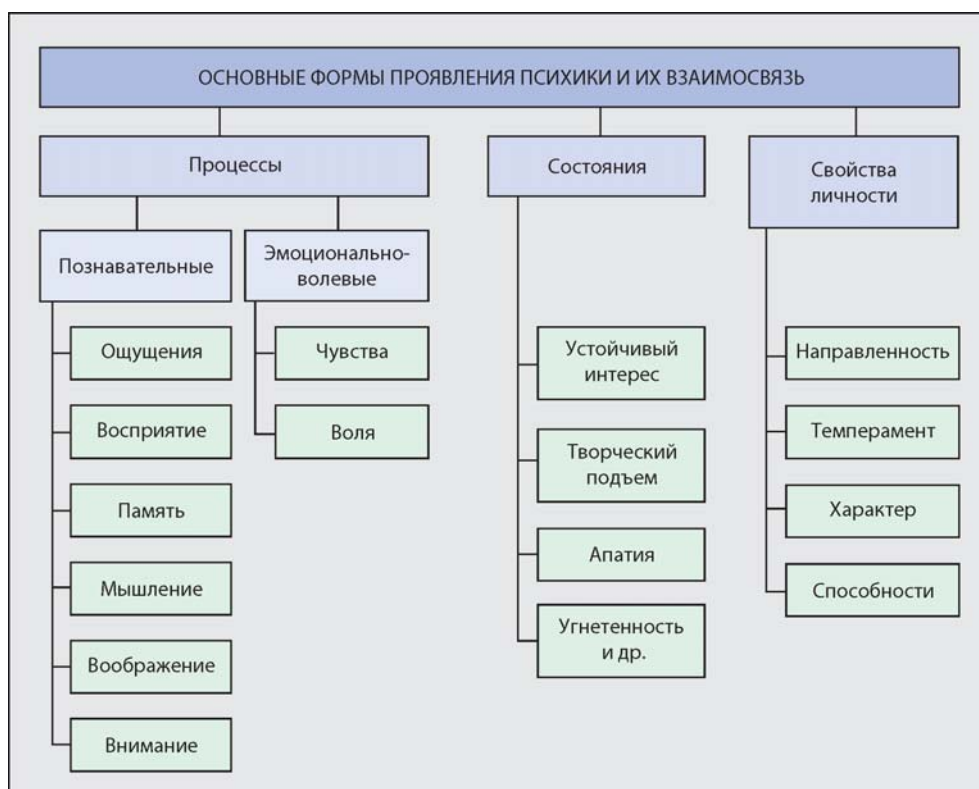


РИСУНОК 2 – Основные формы проявления психики и их взаимосвязь (цит. по: 8 с уточнениями автора)

- особенности и степень проявлений психических состояний, в частности предстартовых;

- оптимальное соотношение и выраженность свойств личности спортсмена, в зависимости от характера двигательной активности, обеспечивающих получение высоких результатов.

Путем совершенствования основных форм проявления психики (процессов, состояний и свойств личности), которые являются ядром личности спортсмена, осуществляется его психологическая подготовка. Под воздействием волевых усилий, позволяющих закрепить определенные психические навыки и поведенческие реакции, у спортсмена можно наблюдать изменения уровня развития психических познавательных процессов и эмоциональных состояний. Вместе с тем конечной целью психологической подготовки спортсмена является формирование и совершенствование необходимых для конкретного вида спорта свойств личности, которые обуславливают высокую результативность в соревнованиях. Такая трансформация психики и ее развитие производится посредством систематического осмысленного контроля спортсмена над собственным психическим и физическим состоянием, поведением и реакциями в различных условиях спортивной деятельности. Вследствие этого спортсмен может овладеть способностью к управлению психическими состояниями (что важно при коррекции стартовой апатии и стартовой лихорадки), или саморегуляцией, и выработать важные личностные свойства. Продолжительное и целенаправленное занятие психологической подготовкой, с четкой ориентацией на предмет воздействия, снижает необходимость постоянного контроля тренера над спортсменом за счет повышения уровня его самоорганизации.

Все психические процессы личности спортсмена функционируют в сложной взаимосвязи и во многих аспектах обуславливают друг друга [14, 31]. Так, восприятие и переработка информации происходят сквозь призму отношения спортсмена к себе и к окружающим обстоятельствам. При этом его психика постоянно осуществляет контроль как над познавательными, так и над эмоциональными процессами путем волевой регуляции. В то же время произвольно или осознанно регулируемая деятельность процесса мышления на основе эмоциональных

реакций, которая характеризует способность к познанию, пониманию и управлению эмоциями, отражает особенности эмоционального интеллекта спортсмена [10, 18, 32, 35].

Также к основным направлениям психодиагностических исследований следует отнести изучение социально-психологических характеристик спортсмена и команды, которые отражают специфику межличностного взаимодействия в спортивном коллективе, особенности микроклимата в команде и взаимоотношений спортсмена с тренером.

Наибольшее внимание при этом уделяется диагностике социально-психологического микроклимата как фактора, характеризующего динамику эмоционального состояния спортсменов и определяющего установившуюся систему взаимоотношений, преобладающее в коллективе умонастроение, удовлетворенность результатами, заинтересованность деятельностью и стабильность отношений. Этот фактор характеризует единство коллективных и личных целей спортсменов, возможность и степень совмещения официальных и неофициальных взаимоотношений с коллегами путем разных форм взаимодействия [3].

По форме реализации в соответствии с составом контингента испытуемых психодиагностические исследования могут быть индивидуальными и групповыми.

Индивидуальный метод. Данный метод используется для интенсивного изучения одного спортсмена с целью сбора значительного количества разносторонней информации о нем, создания психологического профиля личности. Учитывая специфику спортивной деятельности и важность индивидуального подхода при подготовке спортсменов высокого класса, этот метод является основным в спорте высших достижений, особенно в индивидуальных видах олимпийского спорта (теннис, фристайл и др.).

Групповой метод – это способ изучения групповых характеристик, при котором в диагностике могут принимать участие спортсмены, представляющие разные виды спорта, спортивные специализации, игровые амплуа, имеющие разный уровень квалификации, пол, возраст и т.д. Этот метод помогает устанавливать связи и зависимости между отдельными компонентами психики спортсменов, а также определять факторы, влияющие на результативность их выступлений. Используя групповой метод организации психодиагностики, можно проводить

обследование спортивных команд с целью отбора и ориентации спортсменов, разработки психологических критериев эффективности соревновательной деятельности в отдельных видах спорта, а также для оценки микроклимата в спортивном коллективе. Кроме этого, групповой метод исследований позволяет получать обобщенные групповые характеристики команды для создания моделей, психогамм, психоспортограмм и др.

Также выбор формы или способа реализации зависит от времени проведения психодиагностических процедур. С учетом длительности исследования психодиагностика может проводиться в срезе или в динамике (лонгитюдный метод).

Метод «поперечного среза» заключается в одновременном обследовании и сопоставлении результатов отдельных спортсменов или разных групп спортсменов по какому-либо признаку (признакам). Например, в нашем исследовании мы выделяем группы спортсменов – представителей разных видов спорта (игровых, циклических, сложнокоординационных и единоборств), и исследуем особенности их психики, используя одни и те же методики, затем проводим сопоставление результатов.

Метод «продольного среза» (лонгитюдный метод) состоит в многократных систематических обследованиях одних и тех же спортсменов (групп спортсменов) на протяжении длительного периода времени. Например, в течение годового цикла подготовки или четырехлетнего цикла олимпийской подготовки с учетом конкретных целей и задач подготовки, закономерностей становления спортивной формы и календаря соревнований.

Реализация методологии психодиагностических исследований в олимпийском спорте осуществляется на основе критериев оценки психологических характеристик. Они подразделяются на общие и специальные [2], индивидуально-личностные (пол, возраст, уровень квалификации), а также отражающие специфику двигательной активности (виды спорта: циклические, скоростно-силовые, сложнокоординационные, единоборства, спортивные игры, многоборья и комбинированные виды) [13].

Общие и специальные критерии оценки психологических характеристик спортсменов тесно взаимосвязаны с направлениями психодиагностики. Однако в качестве критериев они являются не объектом ис-

следования, а признаком или условием, в соответствии с которым производится психодиагностическое исследование. Наиболее заметно это проявляется при оценке психологических особенностей спортсменов высокого класса, когда указанные характеристики стремятся к наивысшим значениям, что соответствует высокому уровню их развития.

К общим критериям, на наш взгляд, могут быть отнесены:

- высокий уровень развития психических познавательных (мышление, внимание, память и др.) и эмоционально-волевых процессов (ответственность, дисциплинированность, целеустремленность и др.);

- способность к управлению психическими состояниями, особенно предстартовыми, высокий уровень самоконтроля и саморегуляции эмоциональных состояний, умение настраиваться на конкретного соперника;

- преобладание направленности на достижение успеха над избеганием неудач, высокая самооценка и уровень притязаний, высокий уровень мотивации достижения;

- стрессоустойчивость, отражающая способность выдерживать сильные внешние раздражители (неблагоприятные погодные условия, шумные болельщики и др.).

К специальным критериям относятся:

- психическая надежность (способность спортсмена демонстрировать стабильные результаты в ответственных соревнованиях);

- способность к произвольной мобилизации волевой сферы, что позволяет выдерживать значительные физические и психические нагрузки и демонстрировать высокие результаты в условиях острой конкуренции;

- соответствующие требованиям и специфике соревновательной деятельности (вида спорта) показатели психических свойств личности (тип темперамента, определенные психические способности, высокий уровень психической выносливости). Например, в циклических видах спорта среди спринтеров преобладают холерики и сангвиники (экстраверты — активные, энергичные, коммуникабельные), а среди стайеров — флегматики (интроверты — замкнутые, терпеливые, выносливые), что связано с фактором психической выносливости. Меланхолики отличаются чувствительной нервной системой, поэтому они часто встречаются среди пловцов (развитая кинестетическая сенсорная система и «чувство воды») [7, 27, 30];

- необходимый уровень интеллектуальной подготовленности, позволяющий спортсмену осознанно и рационально участвовать в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, полноценно используя в работе все ресурсы своей психики.

Подводя итоги рассмотрения структуры методологии психодиагностических исследований в олимпийском спорте, необходимо отметить, что все перечисленные структурные блоки и их компоненты получают непосредственное и логическое подтверждение в виде эффективности соревновательной деятельности, которая служит главным критерием ценности и информативности полученного в процессе психодиагностики материала. Сопоставляя данные психодиагностических исследований и результаты соревнований, производится анализ влияния тех или иных психологических факторов, в результате чего формулируются практические рекомендации для спортсмена. При этом взаимосвязь практических рекомендаций и эффективности соревновательной деятельности носит двусторонний характер, что представляет собой динамичный психокоррекционный процесс.

Учитывая, что определение динамики эффективности соревновательной деятельности спортсменов подтверждается данными психологического контроля (повторного тестирования), становится очевидным, что предложенная структура методологических исследований имеет замкнутый цикл.

Для наглядности и анализа практической целесообразности применения предложенной методологии в определении структуры и основных направлений психодиагностики в олимпийском спорте, на примере нескольких психологических характеристик мы рассмотрели результаты тестирования членов сборных команд Украины по плаванию, прыжкам в воду, хоккею на льду и тхэквондо как представителей циклических, сложнокоординационных, игровых видов спорта и единоборств в соответствии с наиболее распространенной классификацией видов спорта, отображающей специфику движений и структуру соревновательной и тренировочной деятельности, которая используется при проведении Игр Олимпиад и зимних Олимпийских игр [13].

Изучение литературных данных показало, что одним из факторов формирования модели соревновательной деятельности спортсмена является тип темперамента [17,

25]. При этом прежде всего рассмотрению следует подвергать индивидуальные показатели типа темперамента (рис. 3), поскольку анализ среднегрупповых показателей по видам спорта не всегда позволяет полностью отразить предрасположенность спортсмена к определенному типу двигательной активности (спринтеры или стайеры, различные амплуа и т.д.).

В данном случае мы не ставили перед собой задачу исследовать тип темперамента спортсменов с учетом дистанции, пола, возраста, а показали лишь общие направления психодиагностических исследований в олимпийском спорте. Для этого рассмотрим соотношение индивидуальных показателей типа темперамента в процентном отношении и сопоставим эти данные с групповыми характеристиками (табл. 1).

Полученные данные свидетельствуют о том, что групповые характеристики могут иметь серьезные расхождения с индивидуальными показателями спортсменов. Так, средний показатель в группе пловцов указывает на то, что у них преобладает холерический тип темперамента (сильный, подвижный, неуравновешенный) [12]. При этом 36 % спортсменов команды пловцов являются меланхоликами, имеют слабую и чувствительную нервную систему. Это указывает, что диагностика типа темперамента, в особенности у спортсменов высокого класса, должна базироваться на комплексном изучении индивидуальных показателей. Такое же распределение данных (преобладание холерического типа темперамента) наблюдается и у представителей прыжков в воду, однако у них гораздо сильнее выражен фактор экстраверсии и нейротизма (эмоциональной неустойчивости), что подтверждается присутствием 41 % холериков в команде. Как видно на рисунке 4, в видах спорта, связанных с взаимодействием с водной средой, уровень кинестетического восприятия значительно выше, чем у других спортсменов, а визуального — ниже, что отражает специфику вида спорта.

Таким образом, обладая этой информацией, можно на ранних этапах подготовки прогнозировать развитие спортивных задатков по отдельным направлениям.

Несмотря на то что у всех спортсменов средний показатель психологического и физиологического стресса не выходит за рамки нормативных показателей (табл. 2), привлекает внимание более высокий уровень

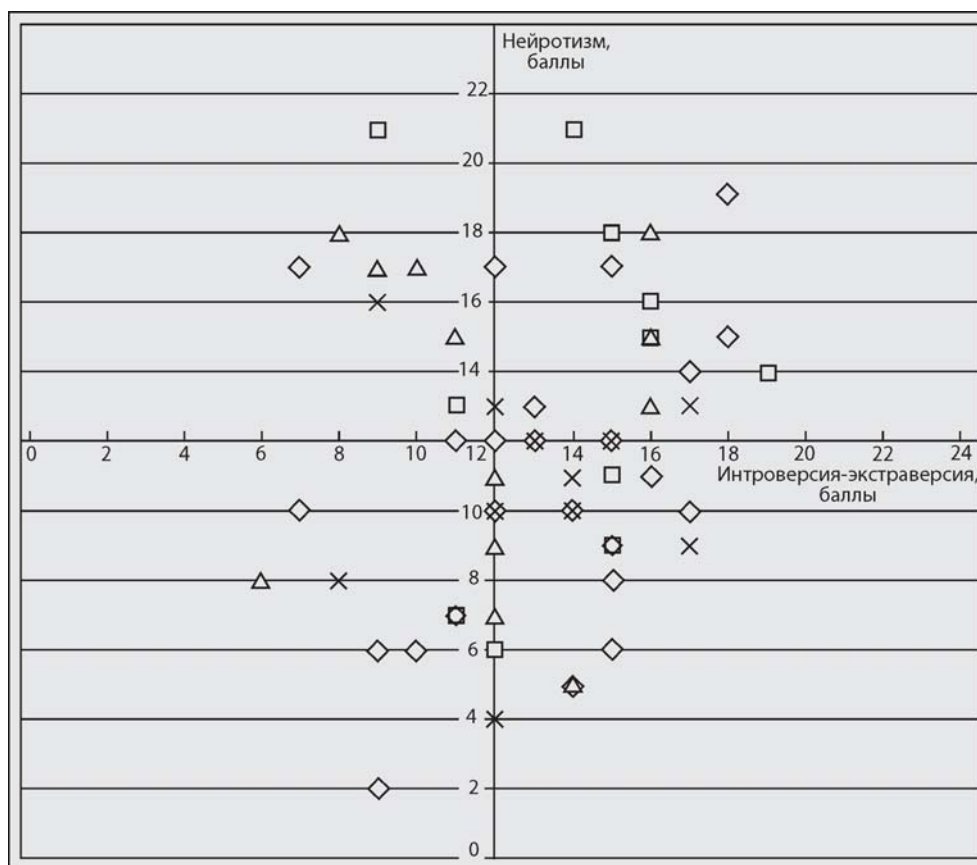


РИСУНОК 3 – Индивидуальные показатели типа темперамента членов сборных команд Украины по плаванию (Δ), прыжкам в воду (□), хоккею на льду (◇) и тхэквондо (X)

стресса у представителей единоборств, что также является модельной характеристикой тхэквондо. В то же время преобладающий тип темперамента у тхэквондистов – сангвиник (35 %) – сильный, подвижный, уравновешенный [12]. Это объясняется тем, что среди других видов восточных единоборств тхэквондо выделяется как вид спорта, имеющий серьезную философскую основу, что требует выдержки, самоконтроля, высокой степени концентрации внимания и связано с уравновешенностью нервной системы.

Аналогичное соотношение показателей типа темперамента с преобладанием сангвиников мы наблюдаем в группе хоккеистов. Из 30 спортсменов сангвиников – 35 %, флегматиков – 25 %, холериков – 22 %, меланхоликов – 18 %. В данном случае, учитывая, что это представители игровых видов спорта, желательно обратить внимание на взаимосвязь типа темперамента и игрового амплуа спортсмена. Как правило, характеристики типа темперамента лежат в основе предрасположенности спортсмена к определенному игровому амплуа, что явля-

ется психологической базой при ориентации спортсмена.

Изучение показателей сенсорных систем – принципиально важное направление психодиагностики в олимпийском спорте, поскольку особенности восприятия спортсмена характеризуют целый ряд его способностей: обучаемость, реактивность (у визуалов она выше), антиципацию и др. [23, 28].

Результаты исследований указывают на то, что у представителей всех видов спорта ведущей сенсорной системой является кинестетическая. Такое распределение показателей свидетельствует о приори-

тетном влиянии ощущений в восприятии спортсменов, что необходимо учитывать при разработке программ психологической подготовки.

Еще одной значимой психологической составляющей профиля спортсмена является его гендерная принадлежность [26]. Очень важно проводить четкие терминологические разграничения между понятиями «пол» и «гендер», так как сегодня в научной литературе при психологическом анализе и исследовании гендерных особенностей личности часто происходит их подмена. В результате этого к характеристикам маскулинности (мужественности) и фемининно-

ТАБЛИЦА 1 – Показатели типа темперамента спортсменов, членов сборных команд Украины

Вид спорта	Свойство личности, баллы		Тип темперамента, %			
	Экстраверсия	Нейротизм	Холерик	Сангвиник	Флегматик	Меланхолик
Плавание (n = 14)	12,1 ± 3,2	13,3 ± 4,7	28	18	18	36
Прыжки в воду (n = 12)	13,7 ± 2,9	14,3 ± 5,2	41	21	13	25
Хоккей на льду (n = 30)	12,8 ± 3,0	11,0 ± 4,2	22	35	25	18
Тхэквондо (n = 14)	12,9 ± 3,2	11,4 ± 3,3	29	39	14	18

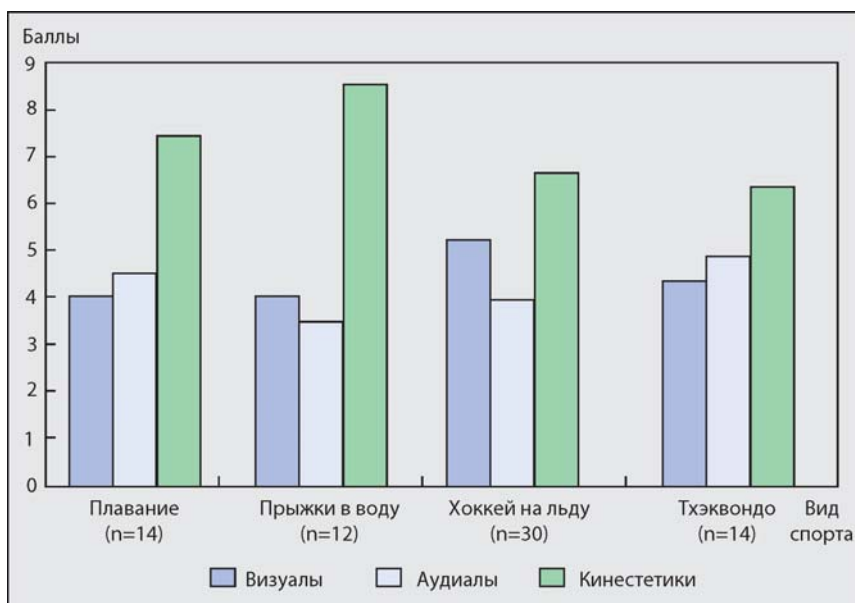


РИСУНОК 4 – Сопоставление показателей сенсорных систем у спортсменов

сти (женственности) одновременно относят и психофизиологические, и социокультурные аспекты психологических различий [2]. Мы же рассматриваем гендерные особенности спортсменов как их характерологические и поведенческие черты, определяющие собственный психологический образ (автопортрет) и его самовосприятие. С этих позиций изучение гендерных показателей спортсменов показывает, что среди разных видов спорта самый высокий уровень маскулинности в сочетании с низким уровнем фемининности имеют представители единоборств, что логично отражает психологические аспекты и специфику их соревновательной деятельности (рис. 5).

В группе хоккеистов показатель маскулинности также на высоком уровне, однако он ниже, чем у представителей тхэквондо. Среди спортсменов, специализирующихся в плавании и прыжках в воду, наблюдается некоторая общность гендерных характеристик. Показатели фемининности и маскулинности у них приблизительно одинаковы. Следует отметить, что количественное распределение мужчин и женщин в разных группах спортсменов также влияет на полученные результаты. Так, представители плавания, прыжков в воду и тхэквондо имели смешанный состав, в отличие от хоккеистов. Однако мы не анализировали этот фактор, поскольку в задачи нашего исследования не входило подробное описание отдельных психологических показателей.

В заключение иллюстрации алгоритма психодиагностических исследований спортсменов необходимо отметить, что полное

ТАБЛИЦА 2 – Показатели психологического и физиологического стресса членов сборных команд Украины по плаванию, прыжкам в воду, хоккею и тхэквондо

Вид спорта	Вид стресса		
	Психологический	Физиологический	Общий показатель
Плавание (n = 14)	19,6 ± 4,3	16,7 ± 4,1	36,3 ± 7,1
Прыжки в воду (n = 12)	19,3 ± 2,6	17,5 ± 3,1	36,8 ± 4,2
Хоккей на льду (n = 30)	20,2 ± 3,2	16,0 ± 2,0	36,2 ± 3,7
Тхэквондо (n = 14)	20,9 ± 3,2	18,5 ± 3,3	39,4 ± 5,7

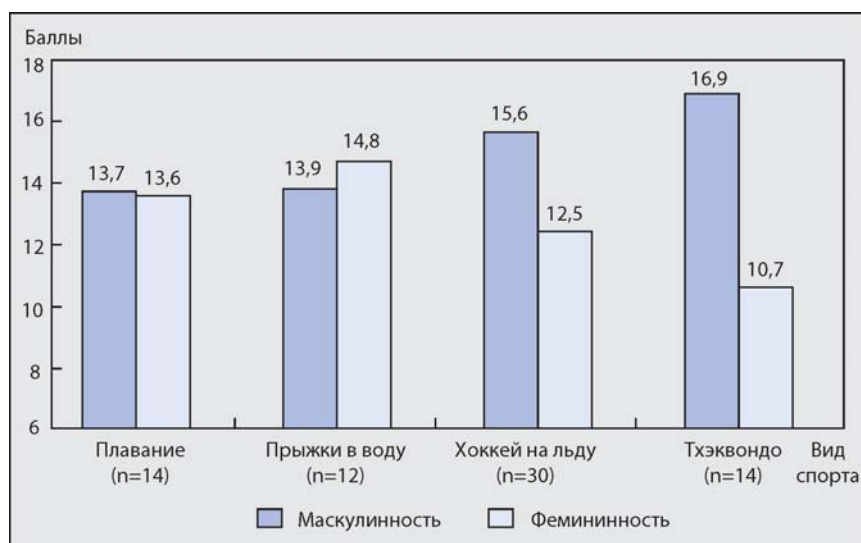


РИСУНОК 5 – Сопоставление показателей гендерных характеристик (маскулинности и фемининности) у спортсменов

комплексное обследование психических компонентов личности осуществляется гораздо масштабнее и подробнее, чем представленный фрагмент исследований. Мы предприняли попытку наглядно продемонстрировать эффективность применения методологии психодиагностического исследования на примере изучения спортсменов, представителей разных видов олимпийского спорта, для того, чтобы показать ее практическую значимость, что даст возможность оперировать этой информацией с целью решения конкретных задач процесса подготовки.

Выводы. Обзор современной отечественной и зарубежной научно-методической литературы позволил разработать методологию проведения психодиагностических исследований в олимпийском спорте и обосновать целесообразность ее применения, что способствовало усовершенствованию алгоритма психодиагностики. В структуре методологии выделены ключевые блоки: стратегия реализации, формулирование целевых установок и задач реализации,

принципы, методы и направления психодиагностики в олимпийском спорте, а также формы ее реализации и критерии оценки психологических характеристик спортсменов. На примере представителей четырех

видов спорта показаны особенности и различия психологического профиля спортсменов как наглядная реализация алгоритма применения методологии психодиагностических исследований в олимпийском спорте.

Перспективы дальнейших исследований будут связаны с внедрением методологии психодиагностических исследований в олимпийском спорте в практику подготовки сборных команд Украины.

■ Литература

1. Анастаси А. Психологическое тестирование / А. Анастаси, С. Урбина. — 7-е изд. — СПб.: Питер, 2007. — 688 с.
2. Багадирова С. К. Материалы к курсу «Спортивная психология»: учеб. пособие / С. К. Багадирова. — Майкоп: «Магарин О. Г.», 2014. — 243 с.
3. Батаршев А. В. Диагностика способности к общению / А. В. Батаршев. — СПб.: Питер, 2006. — 176 с.
4. Батаршев А. В. Диагностика темперамента и характера / А. В. Батаршев. — СПб.: Питер, 2006. — 368 с.
5. Бодалев А. А. Общая психодиагностика / А. А. Бодалев, В. В. Столин, В. С. Аванесов. — СПб.: Речь, 2006. — 440 с.
6. Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика: учеб. для вузов / Л. Ф. Бурлачук. — СПб.: Питер, 2006. — 352 с.
7. Высочина Н. Л. Особенности функционирования сенсорных систем пловцов высокой квалификации / Н. Л. Высочина, А. В. Сердинов // Физ. культура и спорт — основа здоровья нации: Материалы IV студенческой заоч. Междунар. науч. конф., посвященной 85-летию образования ИрГТУ. — Иркутск, 2015. — Т. 1. — С. 708–712.
8. Гамезо М. В. Атлас по психологии / М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. — М.: Пед. общ. Росси, 2004. — 276 с.
9. Гогонов Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е. Н. Гогонов, Б. И. Мартыанов. — 2-е изд., дораб. — М.: Академия, 2004. — 224 с.
10. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект / Д. Гоулман; пер. с англ. А. П. Исаевой. — М.: АСТ: АСТ Москва: Хранитель, 2008. — 478 с.
11. Касьяник Е. Л. Психологическая диагностика самосознания личности / Е. Л. Касьяник, Е. С. Макеева. — СПб.: Содействие, 2007. — 224 с.
12. Павлов И. П. Мозг и психика / И. П. Павлов. — М.: МПСИ, МОЛЭК, 2008. — 360 с.
13. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учеб. [для тренеров]: в 2 кн. / В. Н. Платонов. — К.: Олимп. лит., 2015. — Кн. 1. — 2015. — 680 с.
14. Ткачева М. С. Особенности функционирования познавательных психических процессов в различных видах спорта / М. С. Ткачева // Изв. Саратов. ун-та. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. — 2012. — № 4. Т. 12. — С. 65–69.
15. Фрид Дж. Чтение личности / Дж. Фрид, Д. Бирнбаум. — М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. — 288 с.
16. Юров И. А. Психологическое тестирование и психотерапия в спорте / И. А. Юров. — М.: Сов. спорт, 2006. — 163 с.
17. Anshel M. H. Sport psychology: from theory to practice / M. H. Anshel. — Manufacturer: Benjamin Cummings, 2002. — 450 p.
18. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI) / R. Bar-On // University of Texas Medical Branch Psicothema, 2006. — N 18. — P. 13–25.
19. Bem S. L. Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. Psychological Review / S. L. Bem. — 1981. — P. 354–364.
20. Bundzen P. Psychological training of the olympic reserve: advanced practices / P. Bundzen, V. Balandin, V. Zagrantsev, L.-E. Unestahl // Youth — Science — Olympism. — M., 1998. — P. 66–58.
21. Fletcher D. Organizational psychology in elite sport: Its emergence, application and future / D. Fletcher, Ch.R.D. Wagstaff // Psychology of Sport and Exercise. — 2009. — N 10. — P. 427–434.
22. Gould D. Psychological characteristics and their development in Olympic champions / D. Gould, K. Dieffenbach, A. Moffett // J. of Appl. Sport Psychology. — 2002. — N 14 (3). — P. 172–204.
23. Hellwege K. Der NLP-Sport-Practitioner — was er bringt und worin der Nutzen für die Praxis liegt / K. Hellwege, B. Bradonic // MultiMind. — 2005. — N 14. (2). — S. 37–39.

■ References

1. Anastazi A, Urbina S. Psychological testing. 7th ed. St. Petersburg: Piter; 2007. 688 p.
2. Bagadirova SK. Materials for the course «Sports psychology»: study guide. Maykop: «Magarin O.G.»; 2014. 243 p.
3. Batarshhev AV. Diagnosis of the ability to communicate. St. Petersburg: Piter; 2006. 176 p.
4. Batarshhev AV. Diagnosis of temperament and character. St. Petersburg: Piter; 2006. 368 p.
5. Bodalev AA, Stolin VV, Avanesov VS. General psychodiagnostics. St. Petersburg: Rech; 2006. 440 p.
6. Burlachuk LF. Psychodiagnostics: Textbook for high schools. St. Petersburg: Piter; 2006. 352 p.
7. Vysochina NL, Serdinov AV. Peculiarities of functioning of sensory systems in elite swimmers. In: Proceedings of the IVth student distance internat. scient. conf. devoted to 85th anniversary of Irkutsk State Technical University. Physical culture and sport are the basis of the health of the nation. Irkutsk; 2015;1:708–712.
8. Gamezo MV, Domashenko IA. Psychological atlas. Moscow: Pedagogical society of Russia; 2004. 276 p.
9. Gogunov EN, Martianov BI. Psychology of physical education and sport: study guide for students of higher pedagogical educational institutions. 2nd ed. Moscow: Akademia; 2004. 224 p.
10. Goleman D. Emotional intelligence. Moscow: AST Moskva-Khranitel; 2008. 478 p.
11. Kasianik EL, Makeeva ES. Psychological diagnosis of identity of personality. St. Petersburg: Sodeystvie; 2007. 224 p.
12. Pavlov IP. Brain and psyche. Moscow: MPSI, MOLEK; 2008. 360 p.
13. Platonov VN. The system for preparing athletes in Olympic sport. General theory and its practical applications: textbook [for coaches] in 2 vols. K.: Olympic literature; 2015. Vol. 1; 680 p.
14. Tkacheva MS. Peculiarities of functioning of the cognitive mental processes in various sports. Izvestiya of Saratov University. New Series. Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology. 2012;4(12):65–69.
15. Freed J, Birnbaum D. Reading personality. Moscow: EKSMO-Press; 2002. 288 p.
16. Yurov IA. Psychological testing and psychotherapy in sport. Moscow: Sovetskii sport; 2006. 163 p.
17. Anshel MH. Sport psychology: from theory to practice. Manufacturer: Benjamin Cummings; 2002. 450 p.
18. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). University of Texas Medical Branch Psicothema. 2006;18:13–25.
19. Bem S. Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. Psychological Review. 1981;88(4):354–364.
20. Bundzen P, Balandin V, Zagrantsev V, Unestahl L-E. Psychological training of the olympic reserve: advanced practices. Youth — Science — Olympism. M; 1998:66–58.
21. Fletcher D, Wagstaff ChRD. Organizational psychology in elite sport: Its emergence, application and future. Psychology of Sport and Exercise. 2009;10:427–434.
22. Gould D, Dieffenbach K, Moffett A. Psychological characteristics and their development in Olympic champions. Journal of Applied Sport Psychology. 2002;14(3):172–204.
23. Hellwege K, Bradonic B. Der NLP-Sport-Practitioner — was er bringt und worin der Nutzen für die Praxis liegt. MultiMind. 2005;14(2):37–39.
24. Hoar S, Dithurbide L, Goss J. Future directions for building meaningful research and innovation partnerships for applied sport psychology in high performance sport. Journal of Exercise, Movement, and SportHome. 2016; 48(1):99.
25. Horn T. Advances in sport psychology. 3rd ed. Champaign, IL: Human Kinetics; 2008. 512 p.
26. Hyde JS. The Gender Similarities Hypothesis. American Psychologist. 2005;60(6):581–592.
27. Jung CG. Psychologische typen. Rotterdam: Lemniscaat Publishers; 2003. 547 p.
28. Ellerton R. Live Your Dreams. . . Let Reality Catch Up: NLP and Common Sense for Coaches, Managers and You. Ottawa, Canada: Trafford; 2005. 210 p.

24. Hoar S. Future directions for building meaningful research and innovation partnerships for applied sport psychology in high performance sport / S. Hoar, L. Dithurbide, J. Goss // *J. of Exercise, Movement, and SportHome*. – 2016. – Vol 48, N 1. – P. 99.
25. Horn T. S. *Advances in Sport Psychology* / T. S. Horn. – 3rd Ed., Champaign, IL : Human Kinetics, 2008. – 512 p.
26. Hyde J. S. The Gender Similarities Hypothesis / J. S. Hyde // *American Psychologist*. – 2005. – Т. 60, N 6. – P. 581–592.
27. Jung C. G. *Psychologische typen* / C. G. Jung. – Rotterdam: Lemniscaat Publishers, 2003. – 547 p.
28. Ellerton R. *Live Your Dreams... Let Reality Catch Up: NLP and Common Sense for Coaches, Managers and You* / R. Ellerton. – Ottawa, Canada : Trafford, 2005. – 210 p.
29. Ens G. Mental toughness, mental skills, and hardiness in team and individual athletes / G. Ens, D. Paskevich, B. Vandervies // *J. of Exercise, Movement, and SportHome*. – 2016. – Vol 48. – N 1, P. 83.
30. Eysenck H. J. Experiments In Personality: Volume 2 (Psychology Revivals): Psychodiagnostics and Psychodynamics / H. J. Eysenck. – Routledge, 2016. – 346 p.
31. MacNamara A. The role of psychological characteristics in facilitating the pathway to elite performance: Identifying mental skills and behaviours / A. MacNamara, A. Button, D. Collins // *The Sport Psychologist*. – 2010. – N 24 (1). – P. 52–96.
32. Mayer J. D. What is emotional intelligence? / J. D. Mayer, P. Salovey // *Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators*. – New York : Basic Books, 1997. – P. 3–31.
33. Nuttin J. *Experimental Psychology Its Scope and Method: Volume V (psychology Revivals): Motivation, Emotion And Personality* / J. Nuttin, P. Fraise, R. Meili. – Routledge, 2014. – 298 p.
34. Sarkar M. How Should we measure psychological resilience in sport performers? / M. Sarkar, D. Fletcher // *Measurement in physical education & exercise science*. – 2013. – N 17 (4). – P. 264–280.
35. Salovey P. Emotional intelligence / P. Salovey, B. T. Detweiler-Bedell, J. B. Detweiler-Bedell, J. D. Mayer // *Handbook of emotions (3rd edition)*. – New York : Guilford Press, 2008. – pp. 533–547.
29. Ens G, Paskevich D, Vandervies B. Mental toughness, mental skills, and hardiness in team and individual athletes. *Journal of Exercise, Movement, and SportHome*. 2016;48(1):83.
30. Eysenck HJ. Experiments In Personality. Routledge; 2016. Vol. 2, Psychology Revivals: Psychodiagnostics and Psychodynamics; 346 p.
31. MacNamara Á, Button A, Collins D. The Role of Psychological Characteristics in Facilitating the Pathway to Elite Performance Part 1: Identifying Mental Skills and Behaviors. *The Sport Psychologist*. 2010;24(1):52-73.
32. Mayer JD, Salovey P. What is emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence: Implications for educators. New York: Basic Books; 1997. p. 3–31.
33. Nuttin J, Fraise P, Meili R. *Experimental Psychology Its Scope and Method*. Routledge; 2014. Vol. V, Psychology Revivals: Motivation, Emotion And Personality. 298 p.
34. Sarkar M, Fletcher D. How Should we measure psychological resilience in sport performers? Measurement in physical education & exercise science. 2013;17(4):264–280.
35. Salovey P, Detweiler-Bedell BT, Detweiler-Bedell JB, Mayer JD. *Emotional intelligence. Handbook of emotions*. 3rd edition. New York: Guilford Press; 2008. p. 533–547.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, Украина
 naspa2@yandex.ua

Поступила 27.12.2016