

Зв'язок індивідуально-психологічних особливостей спортсменів з результативністю змагальної діяльності

Валентина Ляшенко
Ольга Кожанова
Євген Корж

Київський університет імені Бориса Грінченка,
Київ, Україна

Мета: визначити взаємозв'язок індивідуально-психологічних особливостей спортсменів з результативністю змагальної діяльності.

Матеріал і методи: для діагностики рівня самооцінки нами була використана методика "Інтегральна самооцінка особистості", яка дозволила спортсменам оцінити особистісні якості і вивести загальний рівень самооцінки. Методика по визначенню типу стресостійкості (Н. П. Фетіскін, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов) була використана для визначення у спортсменів характерних моделей поведінки при виникненні стресової ситуації [15]. Для виявлення ступеня вираженості маскулітних і фемінних характеристик у спортсменів, використовувалася опитувальник С. Бем [14], методика діагностики самооцінки психічних станів, розроблена Г. Айзенком [10], застосовувалася для визначення таких психічних станів, як тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність. Для обробки отриманих результатів використовувалися методи математичної статистики. У дослідженні приймали участь 50 спортсменів від КМС до МС, які спеціалізуються у швидкісно-силових видах легкої атлетики, віком від 18 до 29 років.

Результати: виявлено взаємозв'язки індивідуально-психологічних особливостей спортсменів, які спеціалізуються у швидкісно-силових видах легкої атлетики з результативністю їх змагальної діяльності. Особистісна якість – нейротизм, має негативні кореляційні зв'язки з найкращим результатом у сезоні ($r=-0,44$) та результатом у головному старті ($r=-0,39$), а самооцінка має високі позитивні взаємозв'язки з кращим результатом у сезоні ($r=0,81$) та результатом на головному старті ($r=0,88$).

Висновки: за результатами нашого дослідження самооцінка має найбільшу кількість взаємозв'язків з досліджуваними показниками, у тому числі і з готовністю до змагальної діяльності ($r=0,80$) та результатом на головному старті ($r=0,88$). Ми отримали високий ступінь достовірності відмінностей між нейротизацією особистості та змагальним результатом. Таким чином, спортсмени, які впевнені у собі, з адекватною самооцінкою, невисоким рівнем агресивності та тривожності, мають високу стійкість до стресових умов, які виникають у процесі змагальної діяльності та можуть продемонструвати високий результат.

Ключові слова: тривожність, стресостійкість, нейротизм, результативність, маскулітність.

Вступ

У кожної людини є певний набір особистісних рис і фізіологічних особливостей, які впливають на її стан і поведінку в екстремальних умовах діяльності. Змагання – кульмінаційний структурний компонент спортивної діяльності. У змаганнях досягнення демонструються і реєструються офіційні нормативи або рекорди різних рівнів та масштабів. Змагальні умови, з одного боку, є чинником, що стимулює досягнення більш високих спортивних результатів, з іншого, сприяє вдосконаленню особистості спортсмена, особливо їх волі, так як тут доводиться зустрічатися і долати такі перешкоди, які відсутні у тренувальному процесі [11].

Система передзмагальної психологічної підготовки спортсмена впливає із загальної психологічної підготовки, утворюючи неподільний компонент психологічних впливів, як з боку тренера, так і з боку самого спортсмена. Зокрема, психологічна підготовка спортсмена до майбутнього змагання в основному включає прийоми саморегуляції емоційних психічних станів і самоорганізацію уваги, виходячи з індивідуально-психологічних особливостей кожного спортсмена [9; 12]. При виникненні несподіваних ситуацій на перший план виступає вміння спортсмена проявляти вольові зусилля і концентрувати свідомість на найбільш значущих компонентах рухової дії. У плані

на майбутню змагальну діяльність ці значущі компоненти займають особливе місце, так як від них залежить організація свідомої діяльності спортсмена в умовах змагання [11]. Також для спортивних успіхів необхідні стійкість спортсмена до стресу, його здатність швидко відновлювати фізичний і психічний стан, адекватно реагувати на невдачі, долати перешкоди [3; 5].

Питаннями впливу індивідуальних особливостей спортсменів на тренувальний процес займалися такі автори, як С. В. Кахнович [7], вивченням психологічних особливостей успішності спортсменів – М. С. Севастьянова, І. О. Логінова [12], В. А. Апросімов, В. В. Находкін, В. Є. Прокопьев [2]. Але здебільшого вони досліджували, якими психологічними особливостями володіють успішні спортсмени високого класу та спортсмени-переможці. Визначенню окремих психологічних якостей та їх безпосереднього зв'язку з результативністю змагальної діяльності приділялось недостатньо уваги.

Мета дослідження: визначити взаємозв'язок індивідуально-психологічних особливостей спортсменів з результативністю змагальної діяльності.

Матеріал і методи дослідження

Для діагностики рівня самооцінки нами була використана методика "Інтегральна самооцінка особистості", яка

дозволила спортсменам оцінити особистісні якості і вивести загальний рівень самооцінки. Методика визначення типу стресостійкості (Н. П. Фетіскін, В. В. Козлов, Г. М. Мануйлов) була використана нами для визначення у спортсменів характерних моделей поведінки при виникненні стресової ситуації [15]. Для виявлення ступеня вираженості маскулітних і фемінних характеристик у спортсменів, використовувався опитувальник С. Бем [14], методика діагностики самооцінки психічних станів, розроблена Г. Айзенком [10], застосовувалася нами для визначення таких психічних станів, як тривожність, фрустрація, агресивність і ригідність. Для обробки отриманих результатів використовувалися методи математичної статистики. У дослідженні приймали участь 50 спортсменів від КМС до МС, які спеціалізуються в швидко-силових видах легкої атлетики віком від 18 до 29 років.

Результати дослідження

Одним із важливих завдань нашого суспільства в галузі фізичної культури і спорту є успішний виступ спортсменів на найбільших міжнародних змаганнях, що сприяє зростанню престижу нашої держави. Високі спортивні досягнення найтіснішим чином пов'язані з психічною сферою особистості, оскільки досягнення високих результатів багато в чому обумовлені саме індивідуально-психологічними особливостями особистості [4; 9]. Для досягнення мети дослідження, ми проаналізували взаємозв'язок спортивних результатів, які спортсмени показали протягом літнього змагального періоду, та окремих показників властивостей їх особистості. Після проведення дослідження, отримані дані були оброблені і піддані кореляційному аналізу. Найбільша кількість кореляційних зв'язків серед досліджуваних показників була виявлена між тривожністю, нервово-психічною стійкістю, стресостійкістю та агресивністю (табл. 1).

Тривожність має позитивні зв'язки з нейротизмом ($r=0,79$), "ригідністю" ($r=0,48$) і фрустрацією ($r=0,71$). Негативні зв'язки ми спостерігаємо з впевненістю у собі ($r=-0,56$), впевненістю в успішності спортивної діяльності ($r=-0,45$) та маскулітністю ($r=-0,69$), $p<0,05$. З огляду на те, що з підвищенням тривожності знижується впевненість, при цьому не тільки як прогностична характеристика щодо подальшої спортивної діяльності та її успішності, а також як особистісна якість, необхідно приділяти увагу даній особистісній властивості, виявляти її рівень у спортсменів та проводити необхідні заходи щодо її корекції. Так як у подальшому наявність сумнівів у своїх можливостях може мати істотний вплив на результативність змагальної діяльності.

Нейротизм має негативні кореляційні зв'язки з маскулітністю ($r=-0,45$), найкращим результатом у сезоні ($r=-0,44$), результатом у головному старті ($r=-0,39$) і психічною готовністю до змагань ($r=-0,51$), $p<0,05$. Найбільше нас зацікавили негативні взаємозв'язки між нервово-психічною стійкістю і результативністю в сезоні, у головному старті і готовністю до змагань.

Аналізуючи отримані дані, ми визначили, що така якість, як нервово-психічна стійкість, заслуговує підвищеної уваги, тому що безпосередньо впливає на результативність змагальної діяльності та допомагає спортсменам впоратися з підвищеною напругою під час змагань і продовжувати боротьбу на високому рівні.

Стресостійкість позитивно корелює з самооцінкою ($r=0,69$), екстраверсією ($r=0,81$), впевненістю в собі ($r=0,66$) та агресивністю ($r=0,49$). Негативні кореляційні зв'язки виявлені з нейротизмом ($r=-0,53$), $p<0,05$. Дані показники свідчать про те, що у спортсменів, впевнених у собі, з адекватною самооцінкою і невисоким рівнем агресивності, підвищується стійкість до стресових умов, які виникають у процесі спортивної діяльності, що сприяє підвищенню нервово-психічної стійкості спортсменів у

Таблиця 1

Кореляційний взаємозв'язок індивідуально-психологічних особливостей спортсменів з результативністю змагальної діяльності

	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	
I	Тривожність	1,00														
II	Нейротизм	0,79*	1,00													
III	Ригідність	0,48*	0,14	1,00												
IV	Стресостійкість	0,11	-0,53*	-0,19	1,00											
V	Фрустрація	0,71*	0,14	0,21	-0,17	1,00										
VI	Впевненість у собі	-0,56*	0,16	0,2	0,66*	0,16	1,00									
VII	Впевненість в успішності у спорт. д-ті	-0,45*	0,09	0,13	0,19	-0,21	0,22	1,00								
VIII	Маскулітність	-0,68*	-0,45*	-0,44*	0,11	-0,54*	0,88*	0,16	1,00							
IX	Найкращий рез-т у сезоні	0,22	-0,44*	0,23	0,21	-0,17	0,26	0,27	-0,67*	1,00						
X	Результат на гол-му старті	0,21	-0,39*	0,12	0,08	0,25	0,13	0,26	-0,53*	0,25	1,00					
XI	Психічна готовність до змагань	-0,25	-0,51*	0,09	0,24	-0,15	0,22	0,26	0,29*	0,27	0,27	1,00				
XII	Самооцінка	-0,26	-0,13	-0,64*	0,69*	-0,44*	0,24	0,18	0,91*	0,81*	0,88*	0,8*	1,00			
XIII	Екстраверсія	0,15	0,21	0,15	0,81*	0,23	0,19	-0,16	0,21	0,11	-0,16	-0,18	0,24	1,00		
XIV	Агресивність	0,10	0,12	0,23	0,49*	0,24	-0,14	-0,17	0,55*	0,19	0,22	0,15	0,19	0,24	1,00	
XV	Фемінність	0,13	0,19	0,21	-0,11	-0,15	0,21	0,23	0,14	0,09	0,07	0,16	-0,85*	0,13	-0,25	1,00

Примітка. * – коефіцієнт кореляції значущий на рівні $p<0,05$ (граничне значення коефіцієнту кореляції $p=0,28$).

цілому.

Коли ми розглянули особистісну якість агресивності, то встановили, що вона позитивно пов'язана з маскуліністю ($r=0,55$) та негативно – з найкращим результатом у сезоні ($r=-0,67$) і результатом на головному старті ($r=-0,53$), $p<0,05$. З огляду на те, що між результативністю і агресивністю є взаємозалежність, хоч і негативна, даний показник необхідно виділити як один із значущих, що впливає на виступи спортсменів у змаганнях. Спортсменам, які мають високий показник агресивності, необхідно допомагати контролювати свої емоції на змаганнях і направляти цю енергію на досягнення результату, а не проти нього.

Самооцінка має високі позитивні взаємозв'язки з маскуліністю ($r=0,91$), кращим результатом у сезоні ($r=0,81$), результатом на головному старті ($r=0,88$) і готовністю до змагальної діяльності ($r=0,80$). Негативно – з ригідністю ($r=-0,64$), фрустрацією ($r=-0,44$) і фемінністю ($r=-0,85$), $p<0,05$.

Маскуліність позитивно корелює із впевненістю у собі ($r=0,88$), самооцінкою ($r=0,91$), агресивністю ($r=0,55$) і готовністю ($r=0,29$). Негативно з фрустрацією ($r=-0,54$), ригідністю ($r=-0,44$) та тривожністю ($r=-0,69$), $p<0,05$. При цьому негативний вплив деяких показників менш істотний і проявляється опосередковано, через психологічні проблеми, що виникають у ході тренувального процесу. Однак такий показник, як ригідність, що має, у порівнянні з іншими, невисокий коефіцієнт кореляції, може проявити себе безпосередньо в змаганнях, які вимагають переїзду в інше місто або країну, так як спортсмен може бути неспроможний "зібратися" і підготуватися до старту в "чужих умовах".

Ґрунтуючись на отриманих даних, ми можемо зробити висновок, що окремі властивості особистості та психічні стани безпосередньо впливають на результативність виступу спортсменів на змаганнях. Висока результативність виступу спортсменів у змаганнях має найвищий коефіцієнт кореляції з самооцінкою власних можливостей ($r=0,88$), $p<0,05$. Це говорить про те, що спортсмени, які досить адекватно оцінюють свій стан і свої можливості, досягають високого змагального результату.

Висновки / Дискусія

Встановлено, що високий ступінь достовірності відмінностей спостерігається між нейротизацією особистості та змагальним результатом. При цьому ми спостерігаємо негативний взаємозв'язок, тобто чим вище результативність, тим нижче рівень нейротизму.

Показано, що рівень змагальної тривожності є фак-

тором успішності або неуспішні спортсмена, тобто тривожність негативно корелює із впевненістю в успішності спортивної діяльності ($r=-0,45$). Зокрема, згідно з однією з теорій (Андерсон, Вільямс), високий рівень тривожності сприяє порушенню концентрації уваги, знижуючи периферичну увагу [9]. При більш низьких рівнях стресу у спортсмена поле периферичного зору розширюється. Таким чином, підтверджуються наші дані, що спортсменам з високою змагальною тривожністю важче домогтися оптимальної концентрації уваги на змаганнях, що може відбитися на результативності та стабільності виступів.

За результатами Я. С. Єрмолаєвої [6], тривожність, яку вона розглядає як особистісну особливість, виступає одним з критеріїв ефективності емоційної стійкості та сприяє підвищенню ефективності виступу спортсменів на змаганнях, що не співпадає з нашими дослідженнями, де з підвищенням тривожності у спортсменів підвищується і рівень нейротизму, та навпаки.

За даними С. В. Тукаєв, Е. Н. Долгова, А. О. Руженкова, Е. Н. Лысенко, С. В. Федорчук, Ю. Д. Гаврилец, В. В. Ризун, О. А. Шинкарук [13] прямий зв'язок рівня стресостійкості з рівнем стабільності і зворотній – з рівнем емоційної нестабільності або нейротизма означає, що респонденти, які характеризуються надзвичайною стійкістю, емоційною врівноваженістю і гарною адаптованістю, мають набагато більш високий рівень стресостійкості. Ми також отримали показники, які свідчать, що стресостійкість позитивно корелює з самооцінкою ($r=0,69$) та впевненістю в собі ($r=0,66$), та негативно – з нейротизмом ($r=-0,53$), $p<0,05$.

Встановлено, що формування самооцінки відбувається на усвідомлюваному рівні, коли особистість бачить, розуміє, усвідомлює і робить висновки, і на неусвідомлюваному рівні, що проявляється у формі емоцій і інтуїції. Самооцінка є одним з головних компонентів у структурі особистості спортсмена, оскільки відображає впевненість атлета у своїх професійних і особистих силах, його самоповагу і адекватність цих подій [1; 4]. Оптимальними для спортсменів є висока самооцінка і повага до себе при реалістичній оцінці своїх можливостей і здібностей [8]. За результатами нашого дослідження самооцінка має найбільшу кількість взаємозв'язків з досліджуваними показниками, у тому числі і з готовністю до змагальної діяльності ($r=0,80$) та результатом на головному старті ($r=0,88$).

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження планується проводити у напрямку дослідження більшої кількості показників особистості у спортсменів, які спеціалізуються у інших дисциплінах легкої атлетики, спортсменів різної кваліфікації. а також порівняння схожих та відмінних рис.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що не має конфлікту інтересів, який може сприйматися таким, що може завдати шкоди неупередженості статті.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Список посилань / References

1. Aposimov, V.A. & Nahodkin, V.V. (2017), "Comparative analysis of the level of competitive anxiety of freestyle wrestlers of different qualifications", *Naucho metodicheskiz elektronniz gurnal Konzept*, Vol. 6, pp. 21-23, available at: <http://e-koncept.ru/2017/770016.htm>. (in Russ)
2. Aposimov, V.A., Nahodkin, V.V. & Prokopev, V.E. (2015), *Sravnitelny analiz lichnostnih osobennostez sportmenov visokogo klassa* [Comparative analysis of personal features of high-class athletes], available at: <https://doi.org/10.24158/spp.2018.2.15> (in Russ)
3. Vyatkin, B.A. *Temperament, stress i uspehnost deyatelnosti sportmenov v sorevnovaniyah* [Temperament, stress and success of an

- athlete in competitions], Fizkul'tura i sport, Moscow, available at: [http://psycheresurs.ru/d/294831/d/hanin-yu.l.-stress-i-trevoga-v-sporte-\(sb.-mezhdunar.-statey\).pdf](http://psycheresurs.ru/d/294831/d/hanin-yu.l.-stress-i-trevoga-v-sporte-(sb.-mezhdunar.-statey).pdf). (in Russ)
4. Gritsayenko, M.V. (2004), "Emotional stability as a factor in the success of the competitive activity of young athletes (based on shooting sports)", *Fizicheskaya kul'tura*, Vol. 3, pp. 9-12. (in Russ)
 5. Galli, N. & Gonzalez, S.P. (2015), "Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice", *International J. of Sport and Exercise Psychology*, No. 13(3), pp. 243-257, doi: doi.org/10.1080/1612197X.2014.946947.
 6. Yermolayeva, U.S. (2015), "Level of anxiety as one of the criteria for the effectiveness of emotional stability in sports dancing", *Pedagogika, psikhologiya, mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta*, No. 2, pp. 22-25. (in Russ)
 7. Kakhnovich, S.V., Izvekov, V.V. & Izvekov, K.V. (2017), "Influence of individual characteristics of athletes on the training process", *Mezhdunarodnyy nauchno-issledovatel'skiy zhurnal*, No. 11 (65), Chast' 2. pp. 114-117, available at: <https://research-journal.org/pedagogy/vliyanie-individualnyx-osobennostej-sportsmenov-na-process-trenirovki> (in Russ)
 8. Lyashenko, V.M. (2007), "Study of self-esteem indicators in qualified athletes", *Moloda sportyvna nauka Ukrainy, Medyko-biologichnyi ta psykholoho-pedahohichni aspekty sport. trenuvannya*, Vol. 4, pp. 185-190. (in Ukr)
 9. Naydiffer, Robert M. (1979), *Psikhologiya sorevnuyushchegosya sportsmena*, Fizkul'tura i sport, Moscow. (in Russ)
 10. *Psikhologicheskaya diagnostika* (2003), Uchebnik dlya vuzov [Psychological diagnosis. Textbook for universities], SPb.
 11. Platonov, V.N. (2004), *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. Obshchaya teoriya i yeye prakticheskiye prilozheniya* [The system of training athletes in Olympic sports. General theory and its practical applications], Olimpiyskaya literatura, Kiev. (in Russ)
 12. Sevost'yanova, M.S. & Loginova, I.O. (2018), "Psychological features of professionally successful athletes of the national teams of Russia: analysis of inter-gender differences", *Pedagogiko-psikhologicheskiye i mediko-biologicheskiye problemy fizicheskoy kul'tury i sporta*, Vol. 13, No. 1, pp. 132-146, doi: 10/14526/01_2018_292 (in Russ)
 13. Tukayev, S.V., Dolgova, Ye.N., Ruzhenkova, A.O., Lysenko, Ye.N., Fedorchuk, S.V., Gavrilets, Yu.D., Rizun, V.V. & Shinkaruk, O.A. (2017), "Typological and personality determinants of stress resistance in extreme sports athletes", *Sportivna meditsina n fizichna reabnilitatsiya*, No. 2, pp. 8-15. (in Russ)
 14. *Praktikum po sportivnoy psikhologii* [Workshop on sports psychology] (2002), SPb. (in Russ)
 15. Fetiskin, N.P., Kozlov, V.V. & Manuylov, G.V. (2002), *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp* [Sociopsychological diagnosis of the development of personality and small groups], M Moscow. (in Russ)

Стаття надійшла до редакції: 14.01.2020 р.
Опубліковано: 29.02.2020 р.

Аннотация. Ляшенко Валентина, Кожанова Ольга, Корж Евгений. **Связь индивидуально-психологических особенностей спортсменов с результативностью соревновательной деятельности.** **Цель:** определить взаимосвязь индивидуально-психологических особенностей спортсменов с результативностью соревновательной деятельности. **Материал и методы:** для диагностики уровня самооценки была использована методика "Интегральная самооценка личности", которая позволила спортсменам оценить личностные качества и вывести общий уровень самооценки. Методика по определению типа стрессоустойчивости (Н. П. Фетискин, В. В. Козлов, М. Мануйлов) была использована для определения у спортсменов характерных моделей поведения при возникновении стрессовой ситуации [15]. Для выявления степени выраженности маскулиных и феминных характеристик у спортсменов, использовался опросник С. Бем [14], методика диагностики самооценки психических состояний, разработанная Г. Айзенком [10], применялась нами для определения таких психических состояний, как тревожность, фрустрация, агрессивность и ригидность. Для обработки полученных результатов использовались методы математической статистики. В исследовании принимали участие 50 спортсменов от КМС до МС, специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики в возрасте от 18 до 29 лет. **Результаты:** выявлены взаимосвязи индивидуально-психологических особенностей спортсменов, специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики, с результативностью их соревновательной деятельности. Личностное качество – нейротизм, имеет негативные корреляционные связи с лучшим результатом в сезоне ($r=-0,44$) и результатом на главном старте ($r=-0,39$), а самооценка имеет высокие положительные взаимосвязи с лучшим результатом в сезоне ($r=0,81$) и результатом на главном старте ($r=0,88$). **Выводы:** по результатам нашего исследования самооценка имеет наибольшее количество взаимосвязей с исследуемыми показателями, в том числе и с готовностью к соревновательной деятельности ($r=0,80$) и результатом на главном старте ($r=0,88$). Мы получили высокую степень достоверности различий между нейротизацией личности и соревновательным результатом. Таким образом, спортсмены, которые уверены в себе, с адекватной самооценкой, низким уровнем агрессивности и тревожности, имеют высокую устойчивость к стрессовым условиям, которые возникают в процессе соревновательной деятельности и могут продемонстрировать высокий результат.

Ключевые слова: тревожность, стрессоустойчивость, нейротизм, результативность, маскулинность.

Abstract. Valentina Liashenko, Olga Kozhanova & Evgeny Korzh. **The relationship of the individual psychological characteristics of athletes with the effectiveness of competitive activity.** **Purpose:** to determine the relationship of individual psychological characteristics of athletes with the effectiveness of competitive activity. **Material & Methods:** to diagnose the level of self-esteem, we used the method of "Integral self-esteem of the personality", which allowed athletes to assess personal qualities and derive a general level of self-esteem. The methodology for determining the type of stress tolerance (N. P. Fetiskin, V. V. Kozlov, M. Manuylov) was used by us to determine the characteristic patterns of behavior in athletes in the event of a stressful situation [15]. To identify the severity of masculine and feminine characteristics in athletes, we used the questionnaire S. Boehm [14] a diagnostic technique for self-assessment of mental states developed by G. Aysenck [10] we used to determine such mental states as anxiety, frustration, aggressiveness and rigidity. To process the obtained results, methods of mathematical statistics were used. The study involved 50 athletes from a candidate for a masters of sports to a master of sports specializing in high-speed power athletics from 18 to 29 years old. **Results:** revealed the relationship of the individual psychological characteristics of athletes specializing in high-speed power athletics with the effectiveness of their competitive activities. Personal quality is neuroticism, has negative correlation with the best result of the season ($r=-0.44$) and the result in the main start ($r=-0.39$), and self-esteem has high positive relationships with the best result of the season ($r=0.81$) and the result at the main start ($r=0.88$). **Conclusions:** according to the results of our study, self-esteem has the greatest number of relationships with the studied indicators, including the readiness for competitive activity ($r=0.80$) and the result at the main start ($r=0.88$). We obtained a high degree of reliability of the differences between personality neuroticization and competitive outcome. Thus, athletes who are confident in themselves, with adequate self-esteem, a low level of aggressiveness and anxiety, have high resistance to stressful conditions that arise in the process of competitive activity and can demonstrate high results.

Keywords: anxiety, stress tolerance, neuroticism, effectiveness, masculinity.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Валентина Ляшенко: кандидат наук з фізичного виховання та спорту; Факультет здоров'я, фізичного виховання та спорту, Київ-

ський університет імені Бориса Грінченка: вулиця Бульварно–Кудрявська, 18/2, 04053, Шевченківський район, Київ, Україна.

Валентина Ляшенко: кандидат наук по фізическому вихованню і спорту; Факультет здоров'я, фізического виховання і спорту, Київський університет імені Бориса Грінченка: вулиця Бульварно–Кудрявська, 18/2, 04053, Шевченківський район, Київ, Україна.

Valentina Lyashenko: PhD (Physical Education and Sports); Faculty of Health, Physical Education and Sports, Boris Grinchenko Kyiv University: 18/2 Bulvarno–Kudryavska Street, Shevchenkivskiy region, 04053, Kyiv, Ukraine.

ORCID.ORG/0000–0003–2864–2219

E–mail: v.liashenko@kubg.edu.ua

Ольга Кожанова: кандидат наук з фізичного виховання та спорту; Факультет здоров'я, фізичного виховання та спорту, Київський університет імені Бориса Грінченка: вулиця Бульварно–Кудрявська, 18/2, 04053, Шевченківський район, Київ, Україна.

Ольга Кожанова: кандидат наук по фізическому вихованню і спорту; Факультет здоров'я, фізического виховання і спорту, Київський університет імені Бориса Грінченка: вулиця Бульварно–Кудрявська, 18/2, 04053, Шевченківський район, Київ, Україна.

Olga Kozhanova: PhD (Physical Education and Sports); Faculty of Health, Physical Education and Sports, Boris Grinchenko Kyiv University: 18/2 Bulvarno–Kudryavska Street, Shevchenkivskiy region, 04053, Kyiv, Ukraine.

ORCID.ORG/0000–0002–9031–2563

E–mail: o.kozhanova@kubg.edu.ua

Євген Корж: старший викладач кафедри спорту та туризму; Факультет здоров'я, фізичного виховання та спорту, Київський університет імені Бориса Грінченка: вулиця Бульварно–Кудрявська, 18/2, 04053, Шевченківський район, Київ, Україна.

Евгений Корж: старший преподаватель кафедры спорта и туризма; Факультет здоров'я, фізического виховання і спорту, Київський університет імені Бориса Грінченка: вулиця Бульварно–Кудрявська, 18/2, 04053, Шевченківський район, Київ, Україна.

Korzh Yevhen: Senior Lecturer at the Department of Sport and Tourism; Faculty of Health, Physical Education and Sports, Boris Grinchenko University of Kyiv: 18/2 Bulvarno–Kudryavska Street, 04053, Shevchenkivskiy District, Kyiv, Ukraine.

E–mail: y.korz@kubg.edu.ua