

Мочернюк В.

Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника

ПСИХОДІАГНОСТИКА КВАЛІФІКОВАНИХ ВАЖКОАТЛЕТІВ

Анотація. У проведеному дослідженні за допомогою тестів Кеттела, Айзенка, Спілберга встановлені показники, що характеризують особистісні риси кваліфікованих важкоатлетів. Атлетів характеризують підвищений рівень нейротичності, чутливість, обережність, очікування уваги від навколишніх, внутрішня напруга, тривожність, підозріле, недовірливе ставлення до навколишніх, спортсменок відрізняє також високий радикалізм. Факторний та кореляційний аналіз свідчить про визначальну роль показників нейротичності та тривожності у структурі особистості важкоатлетів.

Ключові слова: важкоатлети, психологічна підготовленість, тест Кеттела, особистість.

Постановка проблеми. Психологічна підготовка, згідно твердження П.А. Рудика, повинна базуватися на «психологічному паспорті» виду спорту, який характеризує якості особистості та психіки спортсменів даного виду спорту і виступає в якості моделі майбутніх результатів [1, 7].

Кожен вид спорту пред'являє до особливостей психіки спортсмена певні вимоги, які формують його особистість [2, 7, 8]. Важкоатлетам властиві такі якості, як схильність до лідерства, високий рівень мотивації щодо досягнення поставленої мети, схильність до ризику, вміння сконцентрувати в необхідний момент всі сили та віддати їх для досягнення перемоги. Але одночасно їм притаманні недовірливість, прагнення до незалежності, впертість, схильність до конфронтації та ін. [1, 3]. Спортсмени є складовою частиною соціуму, тож трансформації суспільної ментальності та домінуючі установки поширюються і на них. Дослідження визначають в українців недовірливість до навколишніх, до державних органів і т.д., індивідуалізм [4]. На сьогоднішній день назріла необхідність визначення актуальних особистісних рис кваліфікованих важкоатлетів для підвищення ефективності тренувальної та змагальної діяльності.

Зв'язок роботи з науковими темами: Дослідження виконані відповідно до теми «Психолого-педагогічні умови підготовки спортсменів на різних етапах тренувального процесу» (номер державної реєстрації 0110U005042).

Мета дослідження – встановити показники особистості, властиві кваліфікованим важкоатлетам.

Завдання дослідження – визначити кількісні показники, що характеризують психологічні властивості важкоатлетів.

Методи дослідження. Для дослідження психологічного статусу спортсмена використовувалися комп'ютерні психодіагностичні тести особистості (запитальники Кеттела, Айзенка, Спілберга). Тест Кеттела (186 запитань), який звів 4500 прикметників, що описували особистісні риси, до 16 незалежних факторів, дозволяє вибудовувати ідеальну модель представника певної діяльності [4]. За допомогою тесту Айзенка визначався тип темпераменту, оцінювалась інтра-екстраверсія та нейротизм атлетів.

Організація дослідження. Дослідження проводились впродовж 2013-2017 рр. на навчально-тренувальних зборах серед членів юніорської та дорослих збірних України з важкої атлетики (43 чол. та 23 жін.).

Результати дослідження. У рамках одного типу темпераменту за допомогою тесту Айзенка спортсмени отримали також індивідуальну характеристику. Середнє значення екстравертованості становить $E=11,8\pm 2,3$ та нейротичності $N=12,2\pm 4,7$. Повторні тестування окремих спортсменів дали змогу зафіксувати в них деяке збільшення екстраверсії та зниження рівня нейротичності. У спортсменок спостерігався високий рівень нейротичності та домінування меланхолічного темпераменту (50 %), натомість холеричний тип темпераменту складав 25 %, сангвінічний – 10 % та амбоверти – 15 %. Значна частина важкоатлеток мала небезпечно високий рівень нейротичності. Середнє значення екстравертованості у важкоатлеток $E=11,7\pm 2,6$ та нейротичності $N=15,4\pm 2,4$.

Більшість середніх арифметичних величин факторів, за Кеттелом, уписуються в межі середніх значень (4-7 стени), що свідчить у цілому про рівноваженість особистостей важкоатлетів (рис. 1).

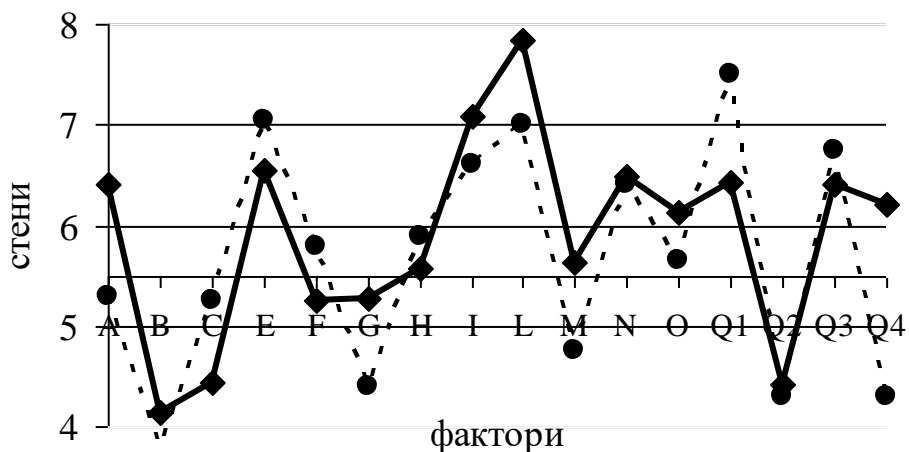


Рис. 1. Психологічні профілі кваліфікованих важкоатлетів за 16-факторним опитувальником Р. Кеттела:

— — чоловіки, - - - - жінки

Оскільки кожен фактор має два протилежних полюси трактування, наприклад, фактор А (>5 – аффектотімія, <5 – сізотімія), то в подальшому будемо називати фактор, виходячи з набраного значення. Значення фактору А (аффектотімія) $6,4\pm 1,1$ свідчить про переважання серед атлетів осіб, готових

до співпраці, уважних до людей, сердечних. Не зафіксовано значень стенів нижче 4, «сізотіми» повністю відсутні. Багато атлетів (42 %) отримали низькі показники за фактором В, що свідчить про їхню ригідність та неможливість вирішувати абстрактні завдання. 31 % (фактор С) атлетів емоційно нестійкі, мають невротичні симптоми та страхи. Значення фактору E+ (домінантність) – $6,6 \pm 1,0$ проявляється через певну агресивність, самовпевненість, наполегливість у досягненні мети. Тільки 6 % атлетів мають низькі значення (фактор Н) і характеризують «тректію» – невпевненість у своїх силах, роздратованість. Значення фактору I+ (премсія) $7,1 \pm 1,2$ друге за абсолютною величиною з усіх факторів, свідчить про чутливість, обережність, прагнення до заступництва, метушливість, неспокійність, очікування уваги від навколишніх більшості досліджуваних. Значення фактору L+ (протенсія) $7,8 \pm 1,4$ найвище з усіх факторів. Це свідчить про високу внутрішню напругу, тривожність, відіграє роль захисного механізму: підозріле, недовірливе ставлення до навколишніх компенсує почуття соціальної ненадійності, непевності. В той же час особи з L+ покладаються самі на себе при вирішенні відповідальних проблем. Значення фактору N (дипломатичність) $6,5 \pm 1,4$ свідчить про честолубство, емоційну витримку та досвідченість у стосунках. Значення фактору O (гіпотімія) $6,1 \pm 1,7$ має велику дисперсію та демонструє значну напруженість і страхи 20 % анкетованих. Також середнє значення Q1 (радикалізм) $6,4 \pm 1,4$ виникло завдяки тому, що 24 % анкетованих мають високі індивідуальні показники 8-9 стенів. Для 31 % атлетів низькі бали за фактором Q2 свідчать про конформізм, потребу в груповій підтримці. Значення фактору Q3+ (самооцінка) $6,4 \pm 1,3$ характеризує більшість з вище середньою самооцінкою та 18 % з високою, самолюбством, самоконтролем, цілеспрямованістю.

Поєднання величин деяких первинних факторів дає змогу провести інтерпретацію симптомокомплексів. Аналіз групи комунікативних якостей проводять за факторами А, Н, Е, L, N, Q₂. Величини факторів А (аффектотімія) 6,4 та Н 5,6 (пармія) знаходяться в межах середніх величин та свідчать про вибірковість у спілкуванні, невелике коло спілкування, а необхідність контакту з великою аудиторією та авторитетними людьми створює напругу. Високі значення фактору L+ 7,8 (протенсія) у поєднанні N 6,5 (дипломатичність) свідчать про соціальну проникливість та вміння розрізнати мотиви людей, а також певну напруженість у стосунках і упередженість. Значення факторів E+ (домінантність) – 6,6 та Q₂ (групова залежність) 4,4 свідчать про помірний лідерський потенціал, коли думка групи враховується, але важливі рішення приймаються самостійно.

Групу інтелектуальних властивостей характеризують наступні фактори: В, М, N, Q₁. Середні значення В 4,2 (інтелект) та М 5,6 (аутія) свідчать про найбільшу пристосованість до вирішення практичних завдань та розробки ідей, висунутих іншими. Поєднання факторів N 6,5 (дипломатичність) та Q₁ 6,4 (радикалізм) свідчать, що значна кількість атлетів схильна

експериментувати, не боїться помилок та прорахунків, швидко вникає в суть проблеми. Група емоційних властивостей визначається наступними факторами: С, F, Н, I, О, Q₄. Поєднання середніх величин значень за фактором С 4,5 (его-сила) свідчить про наявність значного відсотка атлетів з невротичними симптомами, з підвищеною втомлюваністю та високого значення I 7,1 (пресія) свідчать про високу емоційність сприйняття навколишнього світу, обережний індивідуалізм. Середні значення факторів Н 5,6 (рішучість) та F 5,3 (сургенсія) відображають бажання знаходити позитивне в житті, помірну ризикованість. Поєднання факторів О 6,1 (гіпотімія) та Q₄ 6,2 (фрустраційність) свідчить про наявність значної кількості атлетів з високими рівнем тривоги щодо можливої невдачі, почуттям вини, хворобливим сприйняттям критики.

Регуляторні властивості особистості визначаються поєднанням факторів Q₃ 6,4 (самооцінка) і G 5,3 (супер-его) говорять про здатність бути організованими і наполегливими насамперед у ситуаціях, до яких адаптувались. Совісність, відповідальність в особисто значимих ситуаціях можуть сполучатися з формальним виконанням обов'язків тоді, коли ситуація не зачіпає особистих інтересів.

Кореляційна матриця взаємозв'язків між окремими показниками демонструє 0,77 між власною вагою та N (дипломатичність), вік 0,69 з Н (рішучістю), а з Q₁ -0,97 (радикалізм). Екстравертованість (за Айзенком) взаємозв'язана 0,77 з E (владність), 0,71 з N (дипломатичність), 0,69 з Q₃ (самоконтроль) та негативний зв'язок -0,73 з B (інтелектом), -0,90 G (супер-его). Нейротичність (за Айзенком) корелює 0,78 з рівнем тривожності (за Спілбергом) та 0,80 з рівнем тривожності за Кеттелом, а також позитивний взаємозв'язок з наступними факторами 0,80 з L (підозрілість), 0,76 О (гіпотімія), 0,77 Q₁ (радикалізм), 0,73 Q₂ (групова залежність), негативна залежність спостерігається з наступними факторами: -0,96 з С (его-сила), -0,74 з Н (рішучість), -0,76 з А (аффектотімія), -0,73 з Q₃ (самооцінка).

Факторний аналіз психологічних показників важкоатлетів-чоловіків дозволяє виявити три фактори. Перший фактор дає 29,9 % загальної дисперсії вибірки, найвищі кореляції 0,92 з нейротичністю N (за Айзенком), 0,83 з тривожністю (за Спілбергом) та 0,95 з тривожністю (за Кеттелом), та 0,89 з О (гіпотімія) 0,77 з Q₁ (радикалізм) та 0,88 О (гіпотімія) 0,71 Q₄ (фрустраційність), та негативну залежність з -0,79 з А (аффектотімія) і -0,75 Q₃ (самооцінка). Всі перераховані показники можна об'єднати в групу, що буде визначати особистісне позиціонування та тривожність атлета.

Другий фактор – 12,7 % загальної дисперсії вибірки, кореляція 0,95 з E (екстравертованість за Айзенком) і 0,81 з E (домінантність) та негативні залежності -0,81 з B (інтелект), -0,89 з G (супер-его). Фактори разом визначають потребу особи в комунікації.

Психологічний профіль важкоатлеток повторює коливання аналогічних факторів для чоловічої з дещо іншими значеннями конкретних факторів.

Суттєва відмінність спостерігається тільки за фактором Q_4 , який у спортсменок рівний $4,3 \pm 1,5$ і свідчить про інертність та ригідність. Найвище абсолютне значення має фактор Q_{1+} (радикалізм) $7,5 \pm 1,2$, що більше ніж на один степен перевищує показники чоловіків. Більшість величин інших факторів знаходиться в межах стандартного відхилення від аналогічного показника для чоловіків. Високі показники для спортсменок зафіксовані ще за двома факторами. Значення фактору $E+$ (домінантність) рівне $7,1 \pm 1,1$ що проявляється через певну агресивність, самовпевненість, наполегливість у досягненні мети. Також значення фактору $L+$ (протенсія) $7,0 \pm 1,2$ свідчить про високу внутрішню напругу, тривожність, підозріле, недовірливе відношення до навколишніх. Значення фактору Q_{3+} (самооцінка) $6,8 \pm 1,6$ характеризує високу самооцінку. Симптомокомплекси у спортсменок також подібні до вже описаних для спортсменів-чоловіків.

Тісні кореляційні взаємозв'язки між екстравертованістю (за Айзенком) у спортсменок та окремими факторами за Кеттелом визначаються тільки за двома $0,72$ з E (владність), та негативний зв'язок $-0,78$ з B (інтелектом). Нейротичність (за Айзенком) корелює $0,61$ з рівнем тривожності (за Спілбергом) та $-0,62$ з фактором P (експресивність).

Факторний аналіз психологічних показників важкоатлеток дозволяє встановити три основних фактори. Перший фактор визначає $20,7\%$ загальної дисперсії вибірки, має високу кореляцію $0,75$ з екстравертованістю E (А за Айзенком), $0,71$ з C (его-сила), $0,74$ з E (с), $-0,80$ з O (гіпотімія) та $-0,82$ з нейротичністю за Кеттелом. Другий фактор визначає $20,1\%$ загальної дисперсії вибірки, кореляція $0,78$ з нейротичністю N (по Айзенку) з тривожністю $0,72$ за Спілбергом, негативний взаємозв'язок $-0,74$ з F , $-0,74$ з G , $-0,76$ з Q_4 (розслабленість). Третій фактор визначає $13,2\%$ загальної дисперсії вибірки, кореляція $0,73$ з Q_1 (радикалізм) та $0,83$ з оперативним мисленням. Окремі показники більш розпорошені у порівнянні із аналогічними для чоловіків.

На основі проведених досліджень були дані практичні рекомендації тренерам щодо оптимізації тренувального процесу з урахуванням індивідуальних характеристик спортсменів. Тренування при високій інтенсивності та при менших обсягах навантаження ефективне для атлетів із сильним типом нервової системи, а у спортсменів із слабким типом кращий приріст результатів дають тренування великого обсягу і відносно нижчої інтенсивності.

Висновки:

1. Кваліфікованих важкоатлетів характеризують чутливість, обережність, очікування уваги від навколишніх, внутрішня напруга, тривожність, підозріле, недовірливе ставлення до навколишніх, спортсменок відрізняє також високий радикалізм та підвищений рівень нейротичності.

2. Кореляційний та факторний аналіз результатів тестувань свідчить про визначальну роль показників нейротичності та тривожності, визначеної за різними методиками у структурі особистості кваліфікованих важкоатлетів.

3. Психологічні тестування кваліфікованих спортсменів дозволяють визначити їхні індивідуальні особливості та провести відповідну корекцію тренувального процесу.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у створенні «психологічних паспортів» видів спорту та виробленню алгоритмів у роботі з спортсменами з різними психологічними особливостями.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бабаян А. А. Личностные факторы психической готовности спортсмена к достижению высших соревновательных результатов (на примере тяж. атл.) : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01 / А. А. Бабаян. – М., 1983. – 154 с.
2. Барыбина Л. Н. Характеристика психофизиологических показателей студентов различных спортивных специализаций / Л. Н. Барыбина, Ж. Л. Козина // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 4. – С. 6–11.
3. Гавриловська К., Клименко О. Особливості мотивації вступу сучасної молоді до правих громадських рухів / К. Гавриловська, О. Клименко // Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-психологічного факультету. – 2016. – № 8. – С. 29-31.
4. Ермолаев А. Украинский характер (характерные социально-психологические особенности населения Украины) : аналит. доклад / А. Ермолаев, А. Левцун, С. Денисенко. – К.: Центр социальных исследований «СОФИЯ», 2011. – 58 с.
5. Морозов А. В. Согласованность имплицитных теорий личности и 16-ти факторной модели личности Р. Кеттелла / А. В. Морозов // Вестник Санкт-Петербургского университета. – Серия 12, Психология. Социология. Педагогика. – 2009. – № 1. – С. 226–235.
6. Мочернюк В.Б. Модельні психологічні характеристики особистості кваліфікованих важкоатлетів // Молода спортивна наука України: Збірник наук. праць. – Львів, 2015 – Т 1. – С. 161-165.
7. Савенков Г. И. Структура психологической подготовки спортсмена в свете идей П. А. Рудика / Г. И. Савенков // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 11. – С. 2–4.
8. Walter Kroll. Sixteen Personality Factor Profiles of Collegiate Wrestlers / Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation Vol. 38, Iss. 1, 1967 p.49-57.