

Смолянкин Вадим Вадимович

магистрант

Тудупова Туяна Цибановна

канд. психол. наук, доцент, заведующая кафедрой

ФГБОУ ВО «Бурятский государственный университет»

г. Улан-Удэ, Республика Бурятия

DOI 10.21661/r-470031

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АКЦЕНТУИРОВАННЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА У СПОРТСМЕНОВ С РАЗНОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИЕЙ

Аннотация: в статье проведен анализ специфики проявления акцентуированных черт личности у спортсменов, (на базе Республиканского врачебно-физкультурного диспансера). Выявлены различия в проявлении акцентуированных черт характера у спортсменов, занимающихся контактными и бесконтактными видами спорта. Выборку составили спортсмены, проживающие на территории Республики Бурятия, в количестве 31 человек, в возрасте от 19 до 28 лет. Все испытуемые имеют спортивные звания: кандидата в мастера спорта (24 человека) и мастера спорта (7 человек). Спортсмены были разделены на две группы согласно их спортивной специализации: группу контактных видов спорта вошли спортсмены, занимающиеся спортивными единоборствами (бокс, борьба, каратэ). Группу бесконтактных составили спортсмены занимающиеся стрелковыми видами спорта (стрельба из лука, стрельба из арбалета). Цель исследования состояла в выявлении специфики проявления акцентуированных черт характера личности спортсмена в зависимости от его спортивной специализации. Методиками исследования выступили: методика «СМОЛ» (адаптация Зайцева В.П.), а также психодиагностический опросник Г. Шмишека. Для проведения статистического анализа использовался критерий U Манна-Уитни, рассчитанный при помощи программы Statplus Pro v 5.9.8.

***Ключевые слова:** личность спортсмена, акцентуации характера, спортивная деятельность, спорт, спортивная специализация, спортивная психология.*

Спорт не только специфический вид человеческой деятельности, но и явление социальное, способствующее поднятию престижа не только отдельных личностей, но и целых общностей, в том числе и государства. Очевидно, что в напряженных ситуациях у представителей многих «экстремальных» профессий, в том числе и у спортсменов, могут наблюдаться временные, эпизодические состояния, выходящие за пределы нормы. В современной спортивной медицине достаточно большое внимание уделяется проблеме подготовки спортсмена с учётом его физиологических и психологических особенностей. Естественный отбор, который в спорте имеет свои особенности, не может быть основным методом в подготовке спортсменов. Своевременная врачебная экспертиза спортсменов, имеющих предрасположенность к развитию патологических реакций, позволяет не только улучшить спортивные результаты, но и сохранить здоровье спортсменов как в течение карьеры, так и после ее завершения. Поэтому вопросы качественной функциональной диагностики спортсмена, его адаптивных свойств при различных стресс-факторах, рациональная профессиональная ориентация и отбор считаются главными задачами современной спортивной медицины.

Акцентуированные черты характера – это пограничные состояния между нормой и патологией, между здоровьем и болезнью. Усиленные тренировки, травмы, хроническая физическая и психическая усталость от цикличности и монотонности тренировочного процесса, переживания страха проигрыша и неудачи даже у квалифицированных спортсменов – все это может приводить к формированию и развитию акцентуаций. Исследования в области спортивной психологии, проводимые в 70-е годы XX века, доказали что различия в изменении характерологических особенностей спортсменов под влиянием спортивной деятельности наблюдаются не только между представителями

различных видов спорта, но и при реализации разных ролей (позиций) в одном и том же виде спорта.

Образование особых психических свойств на основе психических процессов выступает как: как результат закрепления процесса вследствие его повторения в деятельности; как следствие генерализации, обобщения процессов; как результат синтезирования разнообразных процессов одной модальности с последующим закреплением и обобщением образовавшейся системы [9, с. 54].

Теоретический анализ результатов исследований, посвященных личностным особенностям спортсменов, показывает, что у большинства спортсменов просматриваются определенные акцентуированные черты личности, которые заметно отличают их от людей, не занимающихся спортивной деятельностью на профессиональном уровне. В большинстве случаев у спортсменов диагностируется наличие определенных акцентуированных черт характера разного уровня. Эти особые черты оказывают существенное влияние на профессионализм, успешность и удовлетворенность спортивной деятельностью. Наличие той или иной акцентуации характера заметно влияет на индивидуальный стиль работы. С другой стороны, некоторые типы акцентуаций характера не только не приводят к повышению эффективности спортивной деятельности, но, напротив, ведут к ухудшению результатов спортсменов как на соревнованиях, так и в процессе тренировок. В частности, специалисты отмечают, что шизоидный тип акцентуации характера, низкая конформность и низкая реакция эмансипации являются неблагоприятными психологическими факторами для занятий спортом. Кроме того, к примеру гипертимический тип акцентуации характера, умеренная конформность и высокая реакция эмансипации определяют благоприятный психологический прогноз для занятий спортом [8, с. 130].

Следует заметить, что сформированность определенной акцентуации характера накладывает определенный отпечаток и на личную жизнь спортсмена. Так, наличие явных черт возбуждимого типа акцентуации характера делает

человека импульсивным, склонным к высвобождению накопленной агрессии при потере контроля. Спортивная деятельность, включающая ежедневные тренировки, а также наличие определенных денежных вознаграждений является фактически профессиональной деятельностью спортсмена, что ведет, в свою очередь, к профессиональной его деформации личности. Циклическое повторение определенных тренировочных действий, формирование определенных навыков, участие в спортивных соревнованиях, имеющих эмоциональную важность и требующих максимальной мобилизации личностных ресурсов, безусловно, оказывают влияние на психику спортсмена [4, с. 76].

Цель нашего исследования состояла в изучении различий в выраженности акцентуированных черт характера в группах испытуемых, разделенных по типу их спортивной специализации.

Исследование проводилось на базе Республиканского врачебно-физкультурного диспансера. Выборку составили спортсмены, проживающие на территории Республики Бурятия в количестве 31 человека, в возрасте от 19 до 28 лет. Все участники выборки имеют спортивные звания: кандидата в мастера спорта (24 человека) и мастера спорта (7 человек). Спортсмены были разделены на две группы согласно их спортивной специализации. В группу контактных видов спорта вошли спортсмены, занимающиеся спортивными единоборствами (бокс, борьба, каратэ). Группу бесконтактных составили спортсмены, занимающиеся стрелковыми видами спорта (стрельба из лука, стрельба из арбалета).

Анализируя средние значения показателей акцентуаций характера у спортсменов, занимающихся спортивными единоборствами, нами получены следующие результаты. Наиболее часто встречающимся в данной группе типом акцентуации характера у спортсменов был гипертимический тип (среднее значение у всех спортсменов данной группы составило 18.8.). Из всех участников данной группы (15 человек) наличие гипертимической акцентуации характера обнаружены у 33,3% (5 человек). По методике СМОЛ наличие гипертимической

акцентуации подтвердилось у трех испытуемых с явным завышением показателей 9-ой шкалы (шкалы гипомании) в личностном профиле.

Вторым по выраженности, в группе спортсменов, занимающихся спортивными единоборствами, выступил возбудимый тип акцентуации характера (среднее значение по методике К. Леонгарда у всех участников группы составило 18,2.). Большинство высоких показателей по данному типу акцентуации характера находится на уровне тенденций (16–19), однако наличие возбудимого типа было выявлено у 3 спортсменов, что составило 20% выборки спортсменов данной группы. Следует отметить что результаты методики СМОЛ подтвердили наличие акцентуации возбудимого типа у 4 испытуемых (трое из которых были выявлены по методике К. Леонгарда, тогда как у четвертого испытуемого показатели данного типа акцентуации находились на уровне тенденций (среднее значение – 18). Полученные данные показывают определенную связь между показателями двух методик.

На третьем месте по степени выраженности оказались демонстративный (ср. знач. – 13.8) и циклотимический (ср. знач. – 13.6) типы акцентуированных черт характера. Наличие демонстративного типа акцентуации характера присутствует у одного испытуемого (6,66%), тогда как проявление циклотимических черт находится только на уровне тенденций. По методике СМОЛ отчетливо просматривалось завышение шкалы №3 (шкалы истерии), что свидетельствует о наличии тенденции к проявлению демонстративного типа акцентуации характера у 53, 3% опрошенных (8 человек).

Рассмотрим данные, полученные по выборке спортсменов, занимающихся бесконтактными видами спорта. Результаты выглядят следующим образом:

Наибольшую выраженность получили циклотимический и педантичный типы акцентуации характера (средние значения по циклотимическому типу акцентуации составили 18,5). У пяти спортсменов (31,25%) в данной группе имеется наличие циклотимического типа акцентуации характера, тогда как у шести испытуемых (37,5%) черты данного типа акцентуации находится на

уровне тенденций. По методике СМОЛ проявление данного типа акцентуации было выявлено у 4 спортсменов.

Черты педантичного типа акцентуации характера имели среднее значение 18,31. Из всех участников группы (16 человек) акцентуация по педантичному типу акцентуации характера проявилась у 3 испытуемых (18,75%), тогда как у 8 спортсменов (50%) черты данного типа акцентуации характера находятся на уровне тенденций. Завышение значений по шкале депрессии (№2), сигнализирующей о наличии педантичного типа акцентуации характера, проявилось у 8 испытуемых (50%).

В меньшей степени оказались выражены тревожный (13,4) и гипертимический (12,87) типы акцентуации характера. На уровне акцентуации характера оба типа были выявлены у двух спортсменов: один с тревожным типом акцентуации характера (6,25%) и один с гипертимическим (6,25%) соответственно. У троих испытуемых проявления акцентуированных черт тревожного типа акцентуации характера были замечены только на уровне тенденций (18,75%). Черты гипертимического типа акцентуации проявились на уровне тенденций у двух спортсменов (12,5%).

Сравнение показателей выраженности акцентуированных черт характера у спортсменов, занимающихся контактными и бесконтактными видами спорта показало следующее: Анализ при помощи статистического критерия U Манна-Уитни показал, что различия в выраженности определенных акцентуированных черт личности у спортсменов контактных и бесконтактных видов спорта статистически значимы. Представителям контактных видов спорта в меньшей степени, чем спортсменам бесконтактных видов спорта, присущи педантичный ($p < 0,01$) и тревожный ($p < 0,01$) типы акцентуации характера. Тогда как гипертимический ($p < 0,05$), возбудимый ($p < 0,01$) и демонстративный ($p < 0,05$) типы акцентуации характера выражены в большей степени у спортсменов, занимающихся контактными видами спорта. Высокие показатели по демонстративному типу акцентуации характера можно объяснить

особенностями спортивной деятельности, предполагающими определенную ее публичность, что, возможно, можно считать особенностями данного типа акцентуации характера. Наличие циклотимических черт акцентуации также может быть вызвано спецификой спортивной деятельности в целом. Циклический характер тренировок оказывает влияние на особенности личности спортсмена. Следует отметить, что спортсменам группы контактных видов спорта в меньшей степени, чем представителям бесконтактных видов спорта, присущи нерешительность, склонность к самокопанию, замкнутость, склонность к самобичеванию и самоуничижению. Вместе с тем, для них характерна тенденция к высокой конфликтности.

У спортсменов бесконтактных видов спорта эмоциональная сфера требует жесткого контроля. Именно требование быть максимально собранным в момент выстрела может выступать одним из факторов развития педантичного типа акцентуации характера.

Проведенное исследование позволяет сформулировать следующие выводы:

1) для спортсменов, занимающихся контактными видами спорта характерно наличие таких типов акцентуаций характера, как гипертимический, возбудимый, демонстративный и циклотимический;

2) для спортсменов, занимающихся бесконтактными видами спорта в большей степени характерно наличие циклотимического, педантичного, гипертимического, а также тревожного типов акцентуаций характера;

3) различия в выраженности данных типов акцентуации характера в группе спортсменов, занимающихся контактными и бесконтактными видами спорта статистически достоверны и подтверждают гипотезу исследования о том, что наличие проявлений определенных типов акцентуации характера зависит от спортивной специализации спортсмена.

Подытоживая отметим, что вопрос наличия акцентуированных черт личности является довольно важным и злободневным в современной действительности. Именно акцентуации характера являются той гранью,

переходя которую личность теряет способность безопасно жить в социуме. Именно поэтому так важна профилактика формирования акцентуированных черт характера, в том числе и в спортивной психологии. Ведь спортивная деятельность – это, прежде всего, деятельность с определенными аспектами профессиональной деформации. Кроме того, наличие сильного индивидуального стресса (желание победить), а также экстремальный характер некоторых спортивных направления достаточно сильно влияют на изменение психики спортсмена. При анализе литературы можно заметить, что исследования спортивных психологов часто посвящены частным, второстепенным задачам, либо имеют незавершенный характер и непонятны тренерам, что не дает ощутимого практического эффекта. Именно совместная работа тренера и психолога может позволить, как повысить уровень спортивных достижений спортсмена, так и сохранить его психическое здоровье.

Список литературы

1. Александровский Ю.А. Пограничные психические расстройства. – М.: Медицина, 2000. – 496 с.
2. Байковский Ю.В. Теория и методика тренировки в горных видах спорта: учебно методическое пособие. – М.: ТВТ Дивизион, 2010. – 304 с.
3. Беликов В.И. Индивидуальность спортсмена – основной критерий отбора в спорте высших достижений // Человек, спорт, здоровье. III Международный конгресс 19–21 апреля 2007 года Санкт-Петербург, Россия: Материалы конгресса / Под ред. В.А. Таймазова [и др.]; С.-Петерб. гос. ун-т физ. культуры им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2007. – С. 22–23.
4. Загайнов Р.М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: Монография. – М.: Советский спорт, 2010. – 232 с.
5. Зеер Э.Ф. Психология профессий: учебное пособие. – Екатеринбург: Академический проект; Деловая книга, 2003. – 303 с.
6. Зейгарник Б.В. Психология личности: норма и патология / Под ред. М.Р. Гинзбурга. – М.: Изд-во Ин-та практ. психол., 1998. – 352 с.

7. Зуб И.В. Влияние дзюдо на формирование характера // Вестник Балтийской Педагогической Академии. – СПб., 2005. – Вып. 62. – С. 233–236.
8. Ильин Е.П. Стили спортивной деятельности // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов. – СПб.: Питер, 2002. – С. 128–136.
9. Киселев Ю.Я. Влияние спорта на формирование личности. – М.: Знание, 1981. – 63 с.
10. Психология спорта: Хрестоматия / Сост.-ред. А.Е. Тарас. – М.: АСТ, 2007. – 352 с.
11. Яковлев Б.П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: Учебное пособие – М.: Советский спорт, 2014. – 312 с.