



# СООТНОШЕНИЕ САМООЦЕНКИ И УРОВНЯ ПРИТЯЗАНИЙ КАК ВАЖНАЯ ПЕРЕМЕННАЯ УСПЕШНОГО ВЫСТУПЛЕНИЯ НА СОРЕВНОВАНИЯХ

## DIVERGENCE OF THE SELF-ASSESSMENT AND LEVEL OF ASPIRATIONS AS IMPORTANT VARIABLE OF THE SUCCESSFUL PERFORMANCE AT COMPETITIONS



### Сохликова

**Валерия Александровна** – психолог ФГБУ Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации ФМБА России, Москва, Россия, valeria-moskva@mail.ru

**Sokhlikova Valeria** – Psychologist at the Federal Research and Clinical Center of Sports Medicine and Rehabilitation of Federal Medical

Biological Agency, Department of Medical-Psychological Support of Sports National Teams, Moscow, Russia



### Романина

**Елена Васильевна** – канд. психол. наук, с.н.с. Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва, Россия, romanin@bk.ru

**Romanina Elena** – PhD in Psychological Science, Principal Scientist of the Department of Psychology Department at the Russian state University of Physical

Education, Sport, Youth and Tourism (SCOLIPE), Moscow, Russia

**Ключевые слова:** спортивная деятельность, величина рассогласования, самооценка, уровень притязаний, мотивация, тревожность, саморегуляция, самоорганизация.

**Аннотация.** *Общемировой тенденцией становится грандиозный рост интереса к спорту высших достижений, олимпийскому спорту, к высококвалифицированным спортсменам. В данной статье описано эмпирическое исследование соотношения уровней самооценки и притязаний высококвалифицированных спортсменов, охватывающее разные взаимосвязи рассогласования указанных измерений самооценки с личностными особенностями. Данные, полученные нами в исследовании, подчеркивают значимость соотношения оценки себя и притязаний в качестве важных переменных успешного выступления на соревнованиях.*

**Keywords:** sports activities, the magnitude of the mismatch, self-esteem, level of aspirations, motivation, anxiety, self-regulation, self-organization.

**Abstract.** *Global trend is becoming a tremendous growth of interest in the sport of the highest achievements, the Olympic sport and elite athletes. This article describes an empirical study of the relationship between the levels of self-esteem and the claims of highly skilled athletes, covering various interrelations between the mismatch of these measurements of self-esteem and personal characteristics. The data obtained by us in the study underscore the significance of the ratio of self-assessment and claims as important variables of successful performance at competitions.*

**Актуальность исследования.** Победам и поражениям в спорте всегда аккомпанирует субъективная оценка, которая является результатом сложных

соотношений между целью, мотивацией, уровнем притязаний и некоторыми личностными особенностями, именно она регулирует поведение человека



и определяет его цели. Самооценка является одним из значимых личностных факторов, оказывающих влияние на эффективность и надежность профессиональной деятельности спортсмена [9].

Существующие исследования недостаточно полно раскрывают данный феномен, поскольку рассматривают самооценку и уровень притязаний как отдельные образования [3, 4, 6], в некоторых случаях даже тождественные друг другу [7]. Этим оправдан интерес данной работы к проблемам соотношения самооценки и уровня притязаний, поиска взаимосвязей с другими характеристиками личности и расширения ресурсов в достижении успеха в спорте.

**Цель** – исследовать факторы, вызывающие расхождение между самооценкой и уровнем притязаний, в действительности лимитирующие рост спортивных достижений у спортсменов высокой квалификации.

**Организация исследования.** Исследование было проведено на учебно-тренировочных базах Российского олимпийского центра, испытуемыми стали 101 спортсмен разных видов спорта, в возрасте от 17 до 28 лет, имеющие спортивную квалификацию МС и МСМК России, входящие в состав национальных сборных команд.

**Методы исследования.** Шкала интервальной оценки спортивной подготовленности спортсменов «Градусник» Ю. Я. Киселева [5]; опросники «Большая Пятёрка» (Costa, McCrae, 1985) и SSS (Sensation, Seeking, Scale) М. Закермана, (адаптация А.Г. Шмелёв, 2010); опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК) Е.Ф.Бажина, Е.А.Голынкина, А.М.Эткинда (1993); опросник «Мотивы спортивной деятельности» (МСД) Е. А. Калинина; методика «Моторная проба» Шварцландера в варианте, В.И. Буянова и И.Б. Буяновой; психо-консультативная беседа, позволяющая определить аргументации демонстрируемых позиций самооценки; экспертная оценка, выявляющая уровень спортивной подготовленности.

**Результаты исследования.** Рассогласование – термин, употребляемый для обозначения явления расхождения, или дивергенции самооценки и уровня притязаний по различным параметрам измерений (уровень, адекватность и т. п.) [1, 2]. Следовательно, существуют различные типы сочетания оценки себя и притязаний, обусловленные дивергенцией указанных параметров по уровню и степени адекватности, в частности признается, что ситуация рассогласования между указанными параметрами с одной стороны, может ускорить

процесс самоорганизации, заставив человека мобилизовать все свои возможности. А, с другой стороны, чрезмерная дивергенция самооценки и уровня притязаний это ситуация внутриличностного конфликта и может принести вред личности, вызвав дискомфорт, рост уровня напряженности [8] и, как следствие, снижение продуктивности деятельности.

Сравнение медиальных показателей по методике Киселева в выборке спортсменов показало наличие 4 групп, различающихся по величине дивергенции между самооценкой спортивной подготовленности и притязаниями спортсменов [10]. Так, наиболее сильная дивергенция параметров обнаружена в четвертой группе (32,50 у.е.), а наиболее слабая (7,25 у.е.) – в первой (Таблица).

Мы предполагали, что факторам, связанным с ростом мастерства спортсменов соответствуют определенные психологические показатели, так согласованность параметров самооценки и уровня притязаний чаще приводит повышению эмоциональной устойчивости, способности осуществлять саморегуляцию в деятельности с опорой на внутренние критерии, а обратное разведение в форме значительного разрыва исследуемых параметров приводит к мотивационному комплексу в виде повышения тревожности, ухудшению качества самоорганизации деятельности.

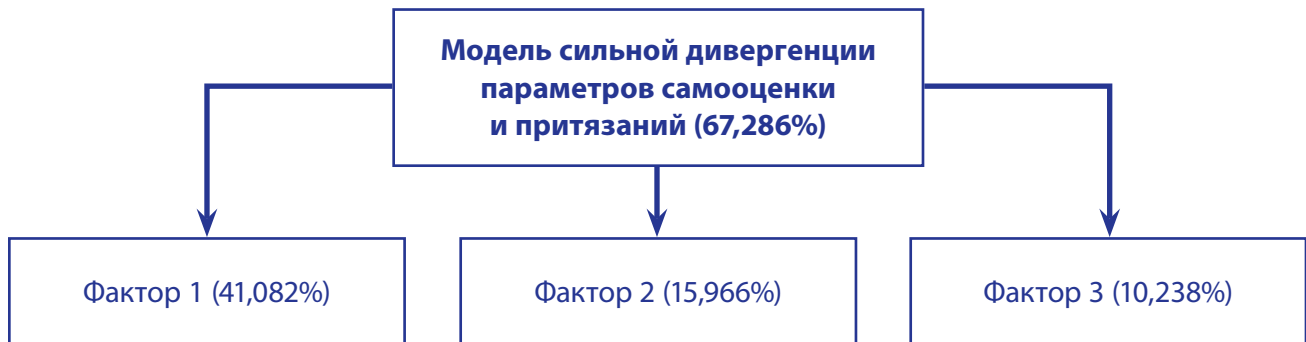
С помощью факторного анализа, были выявлены признаки, которые составляют модели самооценочного компонента высококвалифицированных спортсменов с учетом типологии дивергенции параметров указанного компонента. А именно, отобраны существенные факторы, связанные с успешностью и неуспешностью высококвалифицированных спортсменов. Всего построено четыре модели самооценочного компонента с учетом индивидуально-психологических особенностей личности спортсменов высокой квалификации.

В данной статье целесообразно привести результаты, полученные по одной из наиболее значимых моделей – «модели сильной дивергенции», поскольку полученные факторы описывают детерминацию перехода из успеха в неуспех (рост результатов на первом этапе исследования, и их регресс по прошествии двух лет), а также параметры, сопровождающие снижение эффективности деятельности высококвалифицированного спортсмена.

Таким образом, в группе 4 с сильным расхождением параметров самооценки выделено три значимых фактора с общей полнотой факторизации 67,286 % (Таблица, Рисунок).

**Таблица – Распределение респондентов по группам дивергенции самооценки и уровня притязаний**

Группа	1 (n=14)	2 (n=34)	3 (n=29)	4 (n=24)
Величина ( $\bar{x}$ ) дивергенции параметров (у.е.)	Слабая ( $\bar{x}=7,25$ )	Умеренная ( $\bar{x}=16,75$ )	Сильная ( $\bar{x}=30,00$ )	Сильная ( $\bar{x}=32,50$ )

**Рисунок – Общая структура факторной модели сильной дивергенции самооценки и уровня притязаний, общая дисперсия факторов обозначена в скобках**

Среди факторов, лежащих в основе данной модели, фактор 1 – «Детерминация переходного опыта из успеха – в неуспех» отражает спад реализации в соревновательной деятельности за исследуемый период, и включает низкие уровни самооценки психологической подготовленности и самооценки общей физической подготовленности, а также снижение мотива достижения цели. Системообразующим признаком является «снижение успешности деятельности» ( $r=0,806$ ; при  $p<0,001$ ).

Выделенный фактор 2 – «Диссоциативный комплекс параметров отдельных психических образований "Триада риска"», позволяет сделать заключение о том, что наиболее негативным в плане влияния на успех в спорте можно считать системообразующий признак «Тревожность» ( $r=0,684$ ; при  $p<0,001$ ) в сочетании с экстернальным локусом контроля в достижении успеха и сильной дивергенцией самооценки и притязаний.

Фактор 3. Объединение двух признаков в одном факторе может рассматриваться как особенности поведения: непереносимость однообразия и доминирование мотивации поощрения, и быть интерпретированным как «Стремление к быстрой (ускоренной) реализации, "Быстрая награда"», системообразующий признак – «Непереносимость однообразия» ( $r=0,768$ ; при  $p<0,001$ ).

Имеющиеся данные позволяют высказать предположение, что одной из возможных причин

возникновения рассогласования самооценки и уровня притязаний являются некоторые индивидуально-психологические особенности личности, поскольку при увеличении дивергенции указанного образования усиливается тревожность, снижается мотивация достижения, меняется направленность локуса контроля.

На фактическом материале показаны взаимосвязи представленного комплекса и успешности деятельности высококвалифицированного спортсмена. Мы полагаем, что такие деструктивные сдвиги в структуре личности спортсмена являются предикторами неблагоприятных изменений для реализации потенциала спортсмена в соревновательных условиях.

**Заключение.** Проведённое исследование вносит вклад в смысловое понимание феномена самооценки, в котором предполагается, что структура самооценки и притязаний связывается смысловыми связями, которые определяют также регуляцию самой деятельности. Кроме того, выделяются важные характеристики расхождения описанных компонентов, обладающие различной структурой при оценке себя и постановке уровня притязаний. Полученные результаты работают скорее в поддержку гипотезы о связи самооценки и притязаний с успешностью/неуспешностью спортивной деятельности. Они также вносят вклад в уточнение понимания феномена самооценки и уровня притязаний.



### Литература

1. Бороздина, Л.В. Притязания и самооценка / Л.В. Бороздина, Л. Видинска // Вестн. Моск. унта. Сер. 14. Психология. – 1986. – № 3. – С. 21-30.
2. Бороздина, Л.В. Увеличение индекса тревожности при расхождении уровней самооценки и притязаний / Л.В. Бороздина, Е.А. Залученова // Вопросы психологии. – 1993. – № 4. – С. 104-113.
3. Воронкина, Л.В. Исследование самооценки спортсменов в связи с реализацией соревновательных результатов / Л.В. Воронкина // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2015. – № 4. – С. 82-87.
4. Гошек, В. Уровень притязаний и его роль в психологической подготовке спортсмена / В. Гошек // Теория и практика физической культуры. – 1972. – № 1, – С. 36-42.
5. Киселев, Ю.Я. Методики психодиагностики в спорте / Ю.Я. Киселев. – М. : Просвещение. – 1990. – 192 с.
6. Липириди, И.Н. Самооценка спортсменов и ее коррекция средствами самопознания : дис. ... канд. психол. наук / И.Н. Липириди. – СПб., 2008 – 153 с.
7. Серебрякова, Е.А. Уверенность в себе и условия ее формирования у школьников / Е.А. Серебрякова // Учен. зап. Тамбовского пед. ин-та. – 1956. – Вып. 10. – С. 41-73.
8. Сидоров, К.Р. Феномен несоответствия уровней самооценки и притязаний в ранней юности : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Сидоров Константин Рудольфович. – М., 2007. – 158 с.
9. Стрекаловская, И.Н. Самооценка спортсменов и ее коррекция средствами самопознания : дис. ... канд. психол. наук : 13.00.04 / И.Н. Стрекаловская. – СПб., 2005. – 152 с.
10. Палий, В.И. Экспериментальный анализ соотношения самооценки и притязаний высококвалифицированных спортсменов / В.И. Палий, В.А. Сохликова // Вестник Костромского ун-та. Серия: Педагогика. Психология. – 2017. – Т. 23. – № 1. – С. 63-68.

### Literature

1. Borozdina, L.V. Claims and self-esteem / L.V. Borozdina, L. Vidinska // Vestn. Mosk. unta. Ser. 14. Psihologiya. – 1986. – № 3. – P. 21-30.
2. Borozdina, L.V. Increase of the index of anxiety at different levels of self-assessment and claims / L.V. Borozdina, E.A. Zaluchenova // Voprosy psihologii. – 1993. – № 4. – P. 104-113.
3. Voronkina, L.V. Study of self-esteem of athletes in connection with the implementation of competitive results / L.V. Voronkina // Izvestiya TulGU. Fizicheskaya kul'tura. Sport. – 2015. – № 4. – P. 82-87.
4. Goshek, V. Level of aspiration and its role in the psychological preparation of the athlete / V. Goshek // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. – 1972. – № 1, – P. 36-42.
5. Kiselev, Yu.Ya. Methods of psychodiagnostics in sport / Yu.Ya. Kiselev. – M. : Prosveshchenie. – 1990. – 192 p.
6. Lipiridi, I.N. The self-esteem of athletes and its correction by means of self-knowledge : dis. ... kand. psihol. nauk / I.N. Lipiridi. – SPb., 2008 – 153 p.
7. Serebryakova, E.A. Self-confidence and the conditions of its formation at students / E.A. Serebryakova // Uchen. zap. Tambovskogo ped. in-ta. – 1956. – Vyp. 10. – P. 41-73.
8. Sidorov, K.R. Phenomenon of discrepancy between the levels of self-esteem and claims in early youth : dis. ... kand. psihol. nauk : 19.00.01 / Sidorov Konstantin Rudol'fovich. – M., 2007. – 158 p.
9. Strekalovskaya, I.N. Self-assessment of athletes and its correction by means of self-knowledge : dis. ... kand. psihol. nauk : 13.00.04 / I.N. Strekalovskaya. – SPb., 2005. – 152 p.
10. Palij, V.I. Experimental analysis of the correlation of self-esteem and ambitions of elite athletes / V.I. Palij, V.A. Sohlikova // Vestnik Kostromskogo un-ta. Seriya: Pedagogika. Psihologiya. – 2017. – T. 23. – № 1. – P. 63-68.