5. Тревога, связанная с социальными контактами, и невротический сверхконтроль поведения способствуют формированию веры в суеверия и предсказания, которые должны помочь снизить уровень неопределенности.

6. Познавательная и социальная пассивность способствуют развитию веры в паранормальные способности по причине некритичного восприятия поступающей извне информации и желания оказывать влияние на других, не прибегая к социальному взаимодействию.

ЛИТЕРАТУРА

1. Байрамова Э.Э. Адаптация методики определения уровня магического мышления М. Экблада и Л. Дж. Чапмана на русскоязычной выборке / Э.Э. Байрамова, С.Н. Ениколопов // Психиатрия. – 2016. – №. 1. – С. 40–46.

2. Байрамова Э.Э. Магическое мышление и вера в магию в структуре психологических защит и копинг-стратегий / Э.Э. Байрамова, С.Н. Ениколопов // Психология. Психофизиология. – 2021. – Т. 14, №. 4. – С. 5–13.

3. Саенко Ю.В. Психологические аспекты изучения суеверий / Ю.В. Саенко // Вопросы психологии. – 2006. – № 6. – С. 85–95.

4. Холмогорова А.Б. Личностные расстройства и магическое мышление / А.Б. Холмогорова // Консультативная психология и психотерапия. – 2002. – Т. 10, №. 4. – С. 80–89.

5. Hatunoğlu A. Magical Thinking and Psychological Symptoms: Evidence from Turkey / A. Hatunoğlu // International J. Soc. Sci. & Education. – 2014. – Vol. 4, №. 3. – P. 643–647.

6. Keinan G. Effects of stress and tolerance of ambiguity on magical thinking / G. Keinan // Journal of personality and social psychology. – 1994. – Vol. 67, №. 1. – P. 48.

7. Rosengren K.S. Magical thinking / K.S. Rosengren, J.A. French // The Oxford handbook of the development of imagination / Edited by M. Teylor. – New York: Oxford University Press, 2013. – P. 42–60.

REFERENCES

1. Bayramova, E.E. and Enikolopov, S.N. (2016), “Adaptation of the methodology for determining the level of magical thinking by M. Ekblad and L. J. Chapman on a Russian-language sample”, *Psychiatry,* Vol. 1, pp. 40–46.

2. Bayramova, E.E. and Enikolopov, S.N. (2021), “Magical thinking and belief in magic in the structure of psychological defenses and coping strategies”, *Psychology. Psychophysiology*, Vol, 14 (4), pp. 5–13.

3. Saenko, Yu.V. (2006), “Psychological aspects of the study of superstitions”, *Questions of psychology,* № 6, pp. 85–95.

4. Holmogorova, A.B. (2002), “Personality disorders and magical thinking”, *Counseling psychology and psychotherapy*, Vol. 10 (4), pp. 80–89.

5. Hatunoğlu, A. (2014), “Magical Thinking and Psychological Symptoms: Evidence from Turkey”, *International Journal of Social Science and Education Research Studies*, Vol. 4 (3), pp. 643–647.

6. Keinan, G. (1994), “Effects of stress and tolerance of ambiguity on magical thinking”, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 67 (1), pp. 48–55.

7. Rosengren, K.S. and French, J.A. (2013), “Magical thinking”, *The Oxford handbook of the development of imagination*, Oxford University Press, New York, USA, pp. 42–60.

Контактная информация: e.g.filshtinskaya@samsmu.ru

Статья поступила в редакцию 18.09.2023

УДК 159.9.072

ИНДИВИДУАЛЬНО-СТИЛЕВЫЕ ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ В УСЛОВИЯХ ДВОЙНОГО КАРЬЕРНОГО ПУТИ

Ирина Федоровна Харина, *кандидат педагогических наук, доцент, Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск*

Аннотация

Цель исследования: выявить индивидуально-стилевые особенности саморегуляции поведения студентов-хоккеистов. Методологическая основа работы – теория осознаний саморегуляции. В исследовании приняли участие 27 студентов-хоккеистов. У обследуемого контингента установлены профили с высоко сформировавшимися звеньями когнитивно-регуляторных процессов: моделирования, программирования и оценки результата; выявлен гармоничный профиль, как наиболее эффективный для успешного сочетания когнитивных нагрузок и спортивной деятельности, а также зафиксированы неэффективные пиковые профили, требующие коррекции функциональных состояний.

Ключевые слова: dual-career, студенты-спортсмены, хоккеисты, стиль саморегуляции поведения

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.09.p577-581

INDIVIDUAL-STYLE FEATURES OF STUDENT-ATHLETES SELF-REGULATION OF BEHAVIOR IN THE CONDITIONS OF A DUAL CAREER PATH

***Irina Fedorovna Kharina**, candidate of pedagogic sciences, docent, Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk*

Abstract

The purpose of the research to identify individual style features of self-regulation of the behavior of student hockey players. The methodological basis of the work is the theory of awareness of self-regulation. The study involved 27 student hockey players. The examined contingent has profiles with highly developed links of cognitive-regulatory processes: modeling, programming and evaluation of the result. A harmonious profile was revealed as the most effective for the successful combination of cognitive loads and sports activities. Ineffective peak profiles are fixed that require correction of functional states.

Keywords: dual-career, student-athletes, hockey players, the style of self-regulation of behavior

ВВЕДЕНИЕ

Исследование саморегуляции поведения спортсменов осуществляется психологами команд, тренерами, научным сообществом [1, 5, 6, 7]. Под саморегуляцией (СР) понимается «системный многоуровневый процесс психической активности человека по выдвижению целей и управлению их достижением» [3, С. 39].

Методологической основой данной работы явилась теория осознаний саморегуляции (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова). Границы исследования определены контурами: 1) «стиль СР соотносится с индивидуальностью человека» [3, С. 39]; 2) высокий уровень осознанного регулирования – необходимое условие успешной результативности спортивной деятельности [5, С. 76]; 3) психическое состояние спортсменов изменяется в широких пределах, поэтому наиболее информативны индивидуальные, а не среднегрупповые показатели [1, С. 40].

Цель исследования: выявить индивидуально-стилевые особенности саморегуляции поведения студентов-хоккеистов. Субъектами исследования выступили спортсмены, обучающиеся в вузе физической культуры, по этой причине важен новый взгляд, формирующийся в научном сообществе на совмещение учебных и спортивных нагрузок – двойной карьерный путь [8].

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В исследовании принимало участие 27 хоккеистов, обучающихся в ФГБОУ ВО Уральском государственном университете физической культуры (г. Челябинск). Средний возраст испытуемых в выборке составил 20±0,9 лет (M±m). Испытуемые были осведомлены о цели исследования и подписали добровольное согласие на участие в нем. Важным критерием включения участников в обследование являлась активная спортивная деятельность студентов, а именно: все обучающиеся члены команды вуза и принимают участия в соревнованиях под эгидой Российского студенческого спортивного союза (РССС).

Диагностика психического компонента функционального состояния студентов-спортсменов, а именно сформированность когнитивно-регуляторных процессов и

регуляторно-личностных свойств, осуществлялась по результатам теста ССП-98 «Стиль саморегуляции поведения» [4].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ эмпирических данных позволил установить у студентов-хоккеистов типичные профили саморегуляции поведения и их вариации. Представим полученные данные.

У 25,92% студентов-хоккеистов в равной степени сформированы когнитивно-регуляторные процессы – гармоничный профиль с разным уровнем ОУС (общий уровень саморегуляции), высокий (n=5) и средний (n=2). Авторами, отмечается, что сформированность данного профиля наиболее перспективно для успешной спортивной [1, 3, 5] и учебной [4] деятельностей. В таблице представлен результат диагностики типичных акцентуированных (пиковых) профилей по В.И. Моросановой.

Таблица – Результат диагностики индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции поведения студентов-хоккеистов по В.И. Моросановой

Преобладающие звенья саморегуляции (профиль; n)	Индивидуально-стилевые особенности саморегуляции поведения студентов-хоккеистов
Планирование, программирование (профиль 1; n=2)	Характеризующийся высоким уровнем планирования и программирования, зафиксирован у двух студентов-хоккеистов, ОУС находится на среднем уровне, причина кроется в том, что при высоком уровне планирования программирование сформировано на среднем уровне, регуляторо-но-личностные свойства (гибкость и самостоятельность) находятся также на среднем уровне. «Фиксация на своих ошибках» и «чрезмерная самокритичность» [4, С. 41] способствуют качественному выполнению коллоквиумов, письменных работ, но при среднем уровне самостоятельности, данные студенты чаще прибегают к консультациям преподавателя.
Моделирование, оценка результата (профиль 2; n=6)	Вариации представлены разным уровнем ОУС (высокий (n=3), средний (n=2), низкий (n=1)). При данном профиле высоко сформированы такие когнитивно-регуляторные процессы как моделирование и оценка результата, на фоне среднего или низкого уровней планирования и программирования. Регуляторно-личностные свойства (гибкость и самостоятельность) в данной группе студентов развиты на разном уровне, от высокого до низкого. Лица со вторым профилем характеризуются «недостаточной самоорганизацией учебной деятельности» [4, С. 43], при высокой адаптивности к различным условиям, коммуникабельны, толерантны к окружающему миру, и что не мало важно – дисциплинированны. Развитость звена моделирования позволяет оперативно выявлять необходимые условия для достижения поставленной цели. В результате опроса установлено, что помимо реализации двойного карьерного пути, хоккеисты также работают тренерами, участвуют в волонтерском движении. Данная категория представлена 22,22% обследуемого контингента. Предположительно, данные звенья формируются под воздействием особенностей многолетнего тренировочного процесса в хоккее.
Моделирование, программирование (профиль 3; n=2)	На фоне сниженного развития планирования и оценки результатов, моделирование и программирование высоко сформированны. ОУС у студентов-хоккеистов находится на высоком уровне (35 и 40 усл. ед.). Регуляторно-личностные свойства установлены в пределах высокого уровня. Третий профиль характеризует обучающихся спортсменов как уверенных, с устойчивой программой деятельности, энергичных и работоспособных. Развитое звено моделирования компенсирует трудно поддающееся к коррекции планирование [4, С 48].
Моделирование, программирование, оценка результата (профиль 4; n=2)	Высоко сформированны когнитивно-регуляторные процессы, кроме звена планирования. Границы ОУС (35 усл. ед.) определены высоким уровнем. Из регуляторно-личностных свойств наиболее развита гибкость. Установленное сочетание процессов и свойств дает представление о студентах как способных на всех этапах деятельности адекватно оценивать результат; оперативно перестраивать программу деятельности, корректируя ее; хорошо приспособляемы и социально адаптированы [4, С. 49]. В четвертом профиле недостаточность развитости звена планирования компенсируется программированием.
Моделирование (профиль 5; n=2)	Характеризуется средним уровнем развития звеньев Пл, Пр и Ор, при высоком уровне сформированности моделирования. ОУС 37 и 33 усл. ед., что соответствует границам высокого уровня. Характеристика по данному профилю позволяет судить о обучающихся хоккеистах как организованных, правильно оценивающих ситуацию, тщательно программирующих свою деятельность для достижения поставленной цели. Звено гибкости сформировано на высоком уровне. Студенты-спортсмены с пятым профилем не имеют проблем с социальной адаптацией, стремятся к лидерству и объективно оценивают свои возможности [4, С. 51].

Преобладающие звенья саморегуляции (профиль; n)	Индивидуально-стилевые особенности саморегуляции поведения студентов-хоккеистов
Программирование (профиль 7; n=3)	Характеризуется высоким уровнем звена программирования, при среднем планировании, моделирование в данном варианте сформировано незначительно, на фоне остальных процессов. У лиц с этим профилем ОУС находится в границах высокий и средний значений, в регуляторно-личностных свойствах самостоятельность находится на среднем уровне, тогда как гибкость имеет вариации высоких и средних значений. Студенты-спортсмены с седьмым профилем контролируют свои эмоции, стабильны, и что важно для спорта «правил не нарушают» [4, С. 53]. Сосредоточены на учебной и на спортивной деятельностях.
Примечание: ОУС – общий уровень саморегуляции, Пл – планирование, Мо – моделирование, Пр – программирование, Ор – оценка результата	

Среди студентов-хоккеистов не установлен типичный шестой профиль саморегуляции, характерный для сформировавшихся планирования и программирования на фоне низких значений моделирования и среднего уровня оценки результата.

Выявлены вариации акцентуированных (пиковых) профилей. Сформированность звеньев когнитивно-регуляторных процессов (планирования, моделирования, программирования) на фоне снижения показателей оценки результатов. Такой стиль установлен у двух обучающихся хоккеистов, в первом случае представлен высокий уровень, во втором – средний. Из регуляторно-личностных свойств самостоятельность находится на среднем уровне, звено гибкости представлено средним и низким уровнями соответственно.

Следующая вариация противоположна третьему профилю, высокая сформированность звеньев планирования и оценки результатов, тогда как абсолютные значения по шкалам моделирования и программирования снижены (средний уровень), ОУС на высоком уровне, границы регулятороно-личностных свойств установлены в пределах среднего (гибкость) и низкого (самостоятельность) уровней.

У обследуемого контингента преобладают профили с высоко сформировавшимися звеньями моделирования (n=19; 70,37%), программирования (n=16; 59,26%), оценки результата (n=15; 55,55%). Принимая во внимания исследования В.И. Моросановой, Т.В. Бондарчук, В. Н. Потапова, полагаем, что такая индивидуально-стилевая особенность сформировалась на фоне «требований конкретного вида спорта» [6, С. 109].

Обращает на себя внимание, что у обследуемого контингента звено планирования сформировано преимущественно на среднем уровне (n=13; 48,14%). Данное звено, согласно исследованиям В.И. Моросановой и со авторов, «трудно поддается коррекции и развитию» [4, С. 46], в то же время оно компенсируется высоко развитыми когнитивно-регуляторными процессами моделированием и программированием.

Зафиксированы эффективные и неэффективные пиковые (акцентуированные) профили. Неэффективные профили формируются в случае, когда одно из регуляторных свойств находится ниже среднего уровня (n=7; 25,9%), выявление таких индивидуальных стилей саморегуляции предполагает реализацию комплекса мероприятий по коррекции психофункциональных состояний обучающихся спортсменов [4, С. 37; 2].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В работе представлены индивидуально-стилевые особенности саморегуляции поведения студентов-хоккеистов, сформировавшиеся на фоне особенностей тренировочного и соревновательного процессов. Практическая значимость публикации определена целью статьи и зафиксированными результатами. У обследуемого контингента преобладают акцентуированные профили с высоко сформировавшимися звеньями когнитивно-регуляторных процессов: моделирования, программирования и оценки результата. Показана, необходимость коррекции психофизиологических функциональных состояний у студентов-спортсменов с неэффективным пиковым профилем. Выявлен гармоничный профиль, как наиболее эффективный для успешного сочетания когнитивных нагрузок и спортивной деятельности.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бондарчук Т.В. Саморегуляция психического состояния спортсменов высшей квалификации / Т.В. Бондарчук, В.Н. Потапов // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 2. – С. 39–40.

2. Быков Е.В. Современные научно-методические подходы к оценке психофизиологических функциональных состояний / Е.В. Быков, О.А. Макунина, И.Ф. Харина // Научно-спортивный журнал. – Т1, №1. – С. 5–15.

3. Моросанова, В.И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека / В.И. Моросанова // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. – 2010. – № 1. – С. 36–45.

4. Моросанова, В.И. Диагностика саморегуляции человека / В.И. Моросанова, И.Н. Бондаренко – Москва : Когито-Центр, 2015. – 304 с.

5. Потапов В.Н. Индивидуальный стиль саморегуляции биатлонистов высшей квалификации / В.Н. Потапов // Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 1. – С. 73–76.

6. Потапов, В.Н. Индивидуальный стиль саморегуляции спортсменов высшей квалификации / В.Н. Потапов // Образование и наука. – 2012. – № 5 (94). – С. 107–115.

7. Харина И.Ф. Диагностика саморегуляции поведения студентов-спортсменов в условиях двойного карьерного пути / И.Ф. Харина, Р.Х. Аминов, С.С. Жаворонков // Физическое воспитание и спортивная тренировка. – 2023. – № 2 (44). – С. 118–124.

8. Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes / N. B. Stambulova, C. Engström, A. Franck, L. Linnér, K. Lindahl // Psychology of Sport and Exercise. – V. 21. – 2015. – pp. 4–14.

REFERENCES

1. Bondarchuk, T.V. and Potapov, V.N. (2006), “Self-control of mental condition of elite athletes”, *Theory and Practice of physical culture,* No 2, pp. 39–40.

2. Bykov, E.V., Makunina, O.A. and Kharina, I.F. (2023), “Modern scientific and methodological approaches to the assessment of psychophysiological functional states”, *Scientific and Sports Magazine*, Vol. 1, No. 1, pp. 5–15.

3. Morosanova, V.I. (2010), “Individual differences of self-regulation of human voluntary activity”, *Moscow University Psychology Bulletin*, No 1, pp. 36–45.

4. Morosanova, V.I. and Bondarenko, I.N. (2015), Diagnostics of human self-regulation, *Kogito-Center*, Moscow.

5. Potapov, V.N. (2010), “Individual style of self-regulation of elite biathletes”, *Theory and Practice of physical culture,* No 1, pp. 73–76.

6. Potapov, V.N. (2012), “Individual style of self-regulation of the top quality sportsmen”, *Education and Science Journal,* Vol 94, No 5, pp. 107–115.

7. Kharina, I.F., Aminov, R.Kh. and Zhavoronkov, S.S. (2023), “Diagnosis of self-regulation of students-athletes’ behavior in the conditions of a dual-career path”, *Physical Education and Sports Training*, No 2 (44), pp. 118–124.

8. Stambulova, N.B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L. and Lindahl, K. (2015), “Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes”, *Psychology of Sport and Exercise*, Vol. 21, pp. 4–14.

Контактная информация: kharina.i.f@list.ru

Статья поступила в редакцию 12.09.2023