

Тревожность будущих спортивных тренеров на разных этапах профессионального обучения

Научный руководитель – Белашева Ирина Валерьевна

Сотникова Анастасия Алексеевна

Студент (бакалавр)

Северо-Кавказский федеральный университет, Социально-психологический факультет,
Кафедра психологии, Ставрополь, Россия

E-mail: nastjnastina1108@gmail.com

В спортивной психологии проблеме тревожности уделяется много внимания, наиболее значимые исследования связаны с изучением состояния тревоги и эффективностью соревновательной деятельности [2,3]. Было выявлено, что в ходе тренировочного и соревновательных процессов спортсмены переживают различные состояния [1,4]. Тревожность рассматривается как сложный феномен, который определяет результативность всей спортивной деятельности. Было показано, что переживание сильного психического напряжения в ситуациях стресса мешает достижению высоких результатов [5].

Актуальность нашего исследования обусловлена недостаточностью проработки вопроса о факторах проявления тревожности будущих спортивных тренеров. Понимание внутренних детерминант (личностные свойства) и внешних детерминант (этапы профессионального обучения) проявления тревожности позволит улучшить эффективность подготовки спортивных специалистов.

Отсюда возникает необходимость изучения связи тревожности будущих спортивных тренеров с базовыми личностными свойствами и этапами профессионального обучения. В исследовании приняли участие 100 студентов Северо-Кавказского федерального университета, в возрасте от 17 до 22 лет направления подготовки 49.03.01 «Физическая культура» 2-го, 3-го и 4-го курсов.

В ходе исследования были использованы: шкала самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина); краткий личностный опросник (Б5-10) М.С. Егорова, О.В. Паршикова; модификация теста-опросника для измерения мотивации достижения (ТМД) А. Мехрабиана (в адаптации М.Ш. Магомед-Эминова). Анализ полученных результатов был осуществлён с помощью Н-критерия Крускала-Уоллиса, сравнения описательных статистик, и коэффициента ранговой корреляции Спирмена.

В рамках нашего исследования, мы проанализировали различия в выраженности тревожности (личностной и ситуативной) у будущих спортивных тренеров, обучающихся на разных курсах. Было показано отсутствие статистически значимых различий в ситуативной тревожности ($p=0,27$) и личностной тревожности ($p=0,49$). Это говорит о том, что динамика тревожности у будущих спортивных тренеров определяется комплексом факторов, и этапы профессионализации не являются ведущими из них.

На основе анализа описательных статистик мы определили однородность/неоднородность групп по показателям тревожности. Наибольшая вариативность по тревожности (личностной и ситуативной) наблюдается у студентов, обучающихся на 4 курсе (ср. кв. откл. = 10,87 и 10,92). Студенты 2 и 3 курсов демонстрируют более однородные результаты по ситуативной тревожности (ср. кв. откл. = 8,44 и 8,43). Группа студентов 3 курса является более однородной по показателю личностной тревожности (ср. кв. откл. = 7,42).

При этом, 57% и 54% студентов 2 курса демонстрируют средний уровень ситуативной и личностной тревожности; 30% и 27% – низкий уровень, 13% и 19% высокий. Среди

студентов третьего курса у 53% и 66% преобладает средний уровень, 31% и 28% – низкий уровень, у 16% и 6% высокий. Среди студентов 4 курса у 45% преобладает средний уровень, у 25% и 22% – низкий, наблюдается высокий уровень ситуативной и личностной тревожности – у 29% и 32%.

По результатам корреляционного анализа показателей тревожности и базовых личностных свойств в группах студентов, обучающихся на 2, 3, 4 курсах была установлена групповая специфика связей.

У будущих спортивных тренеров, обучающихся на 2 курсе, ситуативная и личностная тревожность позитивно связаны с показателем нейротизма, отрицательно – с показателями экстраверсии, доброжелательности, сознательности и открытости к новому опыту. На 3 курсе обнаружена позитивная связь ситуативной и личностной тревожности со шкалой «нейротизма», отрицательная – с «сознательностью». В то же время, ситуативная и личностная тревожность у студентов 4 курса, позитивно связаны с нейротизмом, отрицательно связаны с экстраверсией, сознательностью и открытостью к новому опыту. Можно заметить, что тревожность на 2 курсе в большей степени определяется личностными свойствами, чем на 3 курсе.

Было обнаружено, что у будущих спортивных тренеров, обучающихся на 2 и 3 курсе личностная тревожность отрицательно связана с мотивацией достижения; на 4 курсе обнаружена отрицательная связь и личностной и ситуативной тревожности с мотивацией достижения.

Выводы: 1. Тревожность будущих спортивных тренеров напрямую не связана с этапами профессионального обучения. 2. Наибольшая вариативность по тревожности у будущих спортивных тренеров наблюдается у студентов, обучающихся на 4 курсе. 3. На начальных этапах обучения будущих спортивных тренеров, проявление их тревожности в большей степени связано с личностными свойствами, чем на старших курсах обучения. 4. Проявление ситуативной и личностной тревожности на последнем этапе обучения будущих спортивных тренеров снижается в условиях высокой мотивации достижения.

Источники и литература

- 1) Воскресенская Е.В., Мельник Е.В., Кухтова Н.В. Психология страха и тревоги в спортивной деятельности (теория и практика). Витебск, ВГУ им. П.М. Машерова, 2015. 53 с 2.
- 2) Кретти Б.Дж. Психология в современном спорте. Москва: Физкультура и спорт, 1978. 224с.
- 3) Малкин В.Р. Управление психологической подготовкой в спорте. М. Физкультура и спорт, 2008. 200 с.
- 4) Особенности личностной тревожности спортсменов различных видов спорта / Г.В. Евсеева, Г.И. Каторгина, И.П. Бойко, Е.Г. Яскин // Актуальные вопросы физического воспитания и спортивной тренировки: материалы международной научно-практической конференции. Суздаль: ВлГУ. 2014. С. 41-45. URL: <http://e.lib.vlsu.ru/bitstream/123456789/4107/1/01411.pdf> (дата обращения: 22.02.2025).
- 5) Психология спорта: Монография / Под ред. Ю.П. Зинченко, А.Г. Тоневицкого. – М.: МГУ, 2011. – 424 с.