

DOI: 10.12731/2218-7405-2017-2-69-85

УДК 316.642.3

## **ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ, БАЗИСНЫЕ УБЕЖДЕНИЯ И МОТИВАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ КОНТАКТНЫХ И НЕКОНТАКТНЫХ ВИДОВ СПОРТА**

*Молчанова Е.В.*

*В статье представлены результаты исследования психологических особенностей личности спортсменов представителей контактного (борьба вольного стиля) и неконтактного (стрельба из лука) вида спорта. Выявлены значимые различия в показателях жизнестойкости, базисных убеждений и мотивов занятий спортом, в частности, спортсмены стрелки имеют более высокий показатель жизнестойкости, более позитивное мировосприятие, чем борцы, но меньшую выраженность таких мотивов занятий спортом как «приобретение полезных для жизни умений и навыков» и «физическое совершенство». Таким образом, спортсмены неконтактных видов спорта являются в большей степени способными к актуализации необходимых психологических свойств в стойких стрессовых ситуациях для их преодоления. Результаты исследования представляют практический интерес для консультативной работы спортивного психолога, а также могут выступать основой для создания учебно-тренировочных программ и программ по преодолению соревновательного стресса.*

**Ключевые слова:** *жизнестойкость; базисные убеждения; мотивы занятий спортом; спортсмены; борцы вольного стиля; лучники; стрессоустойчивость; совладание со стрессом.*

## **HARDINESS, WORLD ASSUMPTIONS, MOTIVATION OF ATHLETES OF CONTACT AND NOT CONTACT KINDS OF SPORT**

*Molchanova E.V.*

*Investigation of personal psychological specificity of athletes of contact (freestyle wrestling) and not contact (archery) kinds of sport were*

*carried out. Pronounced deviation in hardiness, world assumptions, motives for sport doing were obtained. In particularly, archery athletes possess higher values of hardiness and positively view the world, than wrestlers, while possess less motives for sport doing as “successful for life quality and skills” and “physical perfection”. Thus for athletes not contact kinds of sports rather coping in permanent stressed conditions are predicted. The obtained results are practically important for counseling work of sport psychologists and moreover they could be a basement for training teach programs and challenge stress overcoming programs.*

**Keywords:** *hardiness; world assumptions; motives for sport doing; athletes; freestyle wrestlers; archers; resistance to stress; coping to stress.*

Перед спортивными психологами стоит проблема стрессоустойчивости спортсменов, их умения совладать с психологическими трудностями спортивной деятельности, возникающими из-за предельных физических нагрузок, большой силы и глубины эмоциональных переживаний на соревнованиях, общего высокого психического напряжения профессионального спорта, вниманием общественности к результатам соревнований. В связи с этим особый интерес представляет исследование резервных возможностей спортсменов, в частности, их жизнестойкости, необходимой для сохранения здоровья и оптимального уровня активности в стрессогенных условиях. Жизнестойкость представляет собой определенные личностные установки, способствующие позитивному мироощущению человека, и определяется выраженностью таких независимых составляющих как вовлеченность, контроль и принятие риска. Как отмечает С. Мадди, *вовлеченность* выступает как убежденность в том, что происходящие в окружающем мире события представляют собой нечто стоящее и интересное для личности, компонент *контроль* есть убежденность в том, что борьба позволяет повлиять на результат происходящего, и, наконец, *принятие риска* представляет собой убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из полученного опыта [7]. Несмотря на то, что на жизнестойкость ключевое влияние оказы-

вают условия раннего детского развития, жизнестойкость можно самостоятельно переосмысливать и корректировать, способствуя поддержанию физического, психического и социального здоровья, что становится направлением консультативной работы спортивного психолога. Как отмечает М.В. Логинова жизнестойкость как развивающаяся система убеждений, способствующих развитию готовности управлять ситуацией повышенной сложности, включает в свое содержание экстраверсию, активность, пластичность, искренность, интернальную локализацию контроля [8]. Психологическая работа со спортсменами должна быть в этом случае направлена на стимуляцию вышеобозначенных содержательных характеристик личности спортсмена. Многофакторный анализ в работе М. Шеарда и Д. Голби показал, что спортсмены международного класса оказались более выносливыми, их психологический профиль включает в себя высокий уровень жизнестойкости по сравнению с национальными и клубными спортсменами, что может являться индикатором для отбора наравне со всеми другими [19].

Изучение стрессовых реакций спортсменов на когнитивно-личностном уровне было бы недостаточным без исследования базисных убеждений, которые представляют собой внутренние глубинные переживания и мысли человека по отношению к самому себе и окружающему миру, через которые им воспринимаются события окружающего мира, и в соответствии с которыми формируется его поведение. В основе адаптации лежит когнитивная триада: позитивные базисные убеждения относительно таких трех сторон жизнедеятельности как собственное «Я», окружающий мир и позитивный взгляд на будущее. У хорошо адаптированного человека имплицитная концепция окружающего мира и собственного «Я» полна «позитивных иллюзий». По этому поводу, С. Тейлор [6], заметил, что переоценивать вероятности возникновения положительных ситуаций в жизни и недооценивать возможность отрицательных свойственно хорошо адаптированным людям.

Проблема жизнестойкости берет свое начало с работ С. Мадди и активно развивается в современных исследованиях Д.А. Леон-

тьева, Е.И. Рассказовой, Л.А. Александровой, Е.Ю. Мандриковой, Т.В. Наливайко в рамках изучения личностного потенциала. Жизнестойкость является объектом изучения также зарубежных современных исследований, в том числе связанных со спортсменами. Как отмечают в своем исследовании С. Рамзи и М.А. Бешарат жизнестойкость положительно связана со спортивными достижениями и психологическим благополучием спортсменов [18]. Среди подобных исследований выделяется работа Л.В. Сорокиной и С.А. Королева, исследовавших спортсменов специализирующихся в восточных боевых единоборствах и выявивших взаимосвязи жизнестойкости личности спортсменов с личностными ресурсами (эмоциональная возбудимость, ригидность, экстраверсия, активность и др.) [11]. М.М. Соколова и В.В. Калита в исследовании «Жизнестойкость спортсменов, занимающихся контактными видами спорта» выявили значимые различия в уровне жизнестойкости у студентов-спортсменов в сравнении со студентами, не имеющими профессиональной направленности к спорту, что на наш взгляд не обязательно обусловлено принадлежностью этих студентов к контактному виду спорта [10]. Следует отметить, что в последние несколько лет отечественные авторы уделяют большее внимание проблеме жизнестойкости спортсменов с точки зрения личностного ресурса повышения их конкурентоспособности [12]. Актуальная проблема допинга в профессиональном спорте также затрагивает психологические детерминанты его употребления с точки зрения жизнестойкости спортсменов [1].

Исследования, посвященные базисным убеждениям личности в зарубежной психологии, связаны с такими психологами как А. Бек, Р. Янофф-Бульман, в отечественной психологии данной проблематикой активно занимались М.А. Падун [9], Н.В. Тарабрина, А.В. Котельникова [4], С.А. Багомаз, А.Г. Гладких. Изучение жизнестойкости и базисных убеждений строится в основном вокруг проблематики касающейся экстремальных и тяжелых жизненных ситуаций в группах военнослужащих, работников МЧС, девиантных подростков, детей сирот. Несмотря на это, особый интерес представляет изучение

этих показателей у представителей разных профессий, в том числе профессиональных спортсменов, т.к. это может стать основой для создания учебно-тренировочных программ с учетом психологических характеристик личности спортсменов.

Важную роль в психологическом обеспечении спортивной деятельности на всех ее этапах играет мотивационная сфера спортсмена, определяющая его выносливость к нагрузкам в рамках соревновательной и тренировочной спортивной деятельности. Мотивация спортсмена способствует удовлетворенности своей профессиональной деятельностью, уверенности в правильности методики тренировки, активности, надежде на успех [2], [13].

Современные отечественные исследования мотивации спортсменов (2014–2017 гг.) раскрывают взаимосвязь мотивации с самооценкой, самоотношением, уровнем субъективного контроля, смысложизненными ориентациями, тревожностью и самоэффективностью; обращают внимание на возрастные, половые особенности мотивации; ее различия в командных, индивидуальных, циклических и игровых видах спорта (дзюдо, лыжные гонки, футбол, хоккей, плавание, акробатика); рассматривают мотивацию с учетом спортивной квалификации, у начинающих и завершающих карьеру спортсменов; изучается мотивация как ресурс конкурентоспособности спортсмена и ее связь с эмоциональным выгоранием и копинг-стратегиями; рассматривается как фактор результативности спортивной деятельности и соревновательной надежности. Отдельно выделяются исследования посвященные влиянию родительского стиля воспитания и особенностям работы тренера как педагогические условия формирования спортивной мотивации. Зарубежные исследователи также уделяют внимание взаимосвязи мотивации и поддержки со стороны ближайшего социального окружения спортсменов (тренер, отец и мать), так высокая мотивация спортсменов связана с независимой поддержкой хотя бы двух из трех социальных агентов [14]. В развитии внутренней мотивации юных спортсменов выделяют высокую значимость поддержки тренера, она же способствует облегчению влияния мотивационного

климата команды ровесников на мотивацию отдельного спортсмена в течение учебного года [15].

В работе Athanasios Mouratidis и Aikaterini Michou «Перфекционизм, самомотивация, и копинг-поведение юных спортсменов» было показано, что спортсмены с более развитым перфекционизмом и высокими личными стандартами демонстрируют лучшую адаптацию и совладание с трудностями, оставаясь самомотивированными. В свою очередь спортсмены с более низким перфекционизмом склонны прикладывать меньше усилий, демонстрируют плохие навыки совладания со стрессом и нуждаются во внешней мотивации и контроле со стороны [17]. Обзорная работа Ч. Ли и коллег по изучению выгорания и его связи с психологическими потребностями и мотивацией у спортсменов выявила, что три основных психологических потребности, внутренняя мотивация, самостоятельные правила и демотивация имеют определяющее значение в прогнозировании глобального перегорания и его трех основных параметров. Однако навязанные извне правила и инструкции не имеют корреляций или имеют чрезвычайно слабую корреляцию с показателями перегорания [16].

Кузьмин М.А. в работе по изучению мотивации спортивной деятельности в различных видах спорта показывает на широкой выборке испытуемых, что в циклических видах спорта наиболее сформирована мотивация долженствования, в игровых видах – на общение, единоборцев отличает высокая осознанность цели и стремление к самосовершенствованию, для художественных видов – потребность в занятиях спортом, мотивация на процесс и результат деятельности [5].

Ильинский С.В. в исследовании особенностей мотивации спортсменов в различных видах спорта показывает различия присущие подросткам занимающимся как контактными видами спорта (борьба), так и неконтактными видами спорта (плавание, спортивная гимнастика, легкая атлетика), но неравномерность распределения выборки не позволяет сделать значительные выводы относительно достоверности различий в мотивации спортсменов в зависимости

от видов спорта. Тем не менее, автор утверждает, что подростки, занимающиеся борьбой, руководствуются доминирующим социально-моральным мотивом занятия спортом [3].

Таким образом, недостаточная разработанность проблемы жизнестойкости, базисных убеждений и мотивов занятий спортом у спортсменов контактных видов спорта представляет собой научный и практический интерес в сравнении их со спортсменами неконтактных видов спорта, т.к. наличие активного сопротивления и зачастую заранее неизвестного противника, ограниченные возможности для планирования соревновательной деятельности создает дополнительный стрессогенный фактор для спортсменов контактников.

**Целью** данного исследования является выявление особенностей жизнестойкости, базисных убеждений и мотивов занятий спортом у спортсменов борцов вольного стиля и спортсменов стрелков из лука.

**Выборку** исследования составили 60 спортсменов 14–25 лет (борцы вольного стиля 30 человек и стрелки из лука 30 человек). Выборка спортсменов борцов вольного стиля представляет собой 30 мужчин, выборка спортсменов стрелков из лука 17 женщин, 13 мужчин. В каждой подгруппе 50% респондентов находятся на этапе спортивного совершенствования (I спортивный разряд и КМС) и 50% респондентов достигли этапа спортивного мастерства (МС).

**Психодиагностическое исследование** проводилось с использованием теста жизнестойкости С. Мадди (адаптирован Д.А. Лентьевым и Е.И. Рассказовой), опросника «Шкала базисных убеждений личности» (адаптирован и рестандартизирован М.А. Падун, А.В. Котельниковой), а также методикой «Изучение мотивов занятий спортом» Тропникова В.И. Полученные данные обрабатывались с применением методов математической статистики в программе SPSS 17. В работе представлены нормализованные стандартные показатели результатов исследования в шкале стенов – ( $M=5.5$ ,  $SD=2$ ). Для выявления достоверных различий психологических переменных между выборками спортсменов борцов вольного стиля и стрелков из лука был использован t-критерий Стьюдента.

### Обсуждение результатов

Данные сравнительного анализа по t-критерию Стьюдента по методике «Жизнестойкость» (С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьевой и Е.И. Рассказовой) представлены в Таблице 1.

Таблица 1.

Результаты сравнения по методике «Жизнестойкость»  
спортсменов борцов вольного стиля и стрелков из лука

Наименование шкал	Средние значения		t – критерий
	борцы	Стрелки	
Вовлеченность	4.2	6.8	8.2
Контроль	4.7	6.3	3.3
Принятие риска	5.2	5.9	1.6
<b>Жизнестойкость</b>	<b>4.5</b>	<b>6.6</b>	<b>5.3</b>

Примечание: жирным шрифтом выделен интегральный показатель. Курсивом выделены значимые различия на уровне  $p=0.01$ .

Значимое различие в интегральном показателе «жизнестойкости» ( $t = 5.3$  при  $p = 0.01$ ) и шкале «контроль» ( $t = 3.3$  при  $p = 0.01$ ), говорит о меньшей эмоциональной устойчивости спортсменов борцов, их убежденности в том, что их собственная активность не всегда способна повлиять на исход происходящих стрессовых событий, что нет необходимо действовать в любой ситуации во что бы то ни стало, контролируя и воздействуя на происходящие события. Это обусловлено тем, что успех их соревнований зависит не только от подготовленности и настроения самого спортсмена, но и тактикой и подготовленностью соперника, справедливостью решения судей, в отличие от них в стрельбе из лука в результат соревнования не вмешивается непосредственно другая личность со своими намерениями и мотивами, он не вступает в контакт с непосредственным соперником, присуждение выигрыша определяется объективно на мишени.

Различия спортсменов по показателю «вовлеченность» ( $t = 8.2$  при  $p = 0.01$ ) говорит о том, что спортсмены стрелки в большей степени увлечены актуальными событиями, стараются быть в курсе различных новостей, почаще контактировать с окружающими, участвовать во всем происходящем, искать поддержку и помощь у близких, что объясняется присутствием на 57% в выборке стрелков

девушек, которые отличаются большей эмоциональностью и коммуникабельностью, чем мужчины.

Следует отметить также, что сравнительный анализ показателей жизнестойкости у спортсменов разного уровня квалификации не выявил статистически значимых различий. Вышеизложенные результаты справедливы в данной выборке для борцов и стрелков, находящихся на этапе спортивного совершенствования (I спортивный разряд и КМС) и достигших этапа спортивного мастерства (МС).

Существенные различия между группами спортсменов контактного и неконтактного вида спорта были также обнаружены по методике «Шкала базисных убеждений» (табл. 2).

Таблица 2.

**Результаты сравнения по методике «Шкала базисных убеждений»  
спортсменов борцов вольного стиля и стрелков из лука**

Наименование шкал	Средние значения		t-критерий
	Стрелки	Борцы	
Доброжелательность мира	4.7	6.4	3.4
Справедливость	6.4	4.6	3.6
Самооценка	6.5	4.5	5.0
Удача	4.6	6.3	4.4
Личный контроль	4.3	6.9	6.2
<b>Позитивное мировосприятие</b>	<b>6.5</b>	<b>4.5</b>	<b>4.6</b>

Примечание: жирным шрифтом выделен интегральный показатель. Курсивом выделены значимые различия на уровне  $p=0.01$ .

Борцы вольного стиля показывают более высокие результаты по шкалам «доброжелательность мира» ( $t = 3.4$  при  $p=0.01$ ), «удача» ( $t = 4.4$  при  $p=0.01$ ) и «личный контроль» ( $t = 6.2$  при  $p=0.01$ ). Возможно, данный результат может быть связан с тем, что им приходится постоянно вступать в непосредственный физический контакт с противниками, доверяя корректность применения боевых техник на своем теле малознакомым людям. Борцы скорее чем стрелки склонны считать, что случай благосклонен к ним и везение сопутствует событиям происходящим с ними. Возможно, неуверенность стрелков в собственной везучести связано с теми факторами, которые могут оказать негативное влияние на действия стрелка и влиять на которые

он не в силах, например, неожиданное увеличение интенсивности осадков, сильный порывистый ветер с разных сторон, недостаточная освещенность мишеней, звук (скрип), иногда возникающий при трении стрелы о кликер, неожиданно громкое объявление судьи-информатора, неожиданное изменение освещения, неожиданная поломка какого-либо компонента материальной части оружия или экипировки. Высокий показатель по шкале «личный контроль» у борцов в данной методике указывает на их убежденность в том, что их поступки правильные, они способны контролировать благоприятный результат своих действий, ведут себя хорошо.

В свою очередь у спортсменов стрелков из лука оказываются более высокие значения по показателям «справедливость» ( $t = 3.6$ ) и «самооценка» ( $t = 5$ ), т.е. стрелки в большей степени убеждены, что события жизни распределяются между людьми по принципу справедливости, а хорошие люди получают то, что заслуживают. Формированию такого убеждения могло способствовать то обстоятельство профессиональной деятельности стрелков, что на соревнованиях победитель определяется по количеству набранных очков, из стрел которыми попали в мишень, а судья определяет лишь спорные моменты. Кроме того они воспринимают себя как достойных уважения, ценных людей, отмечая за собой как положительные, так и негативные стороны они считают, что они не хуже других.

По ключевому интегральному показателю «позитивное мировосприятие» спортсмены стрелки оказываются более оптимистично настроенными, способными к большому доверю и открытости, эмоционально устойчивы и склонны полагать, что в мире каждый получает то, что заслуживает. При этом спортсмены разного уровня квалификации не имеют статистически значимых различий в показателях базисных убеждений в обеих выборках.

Полученные в результате применения методики «Изучение мотивов занятий спортом» (В.И. Тропников) данные отражают структуру мотивации или иерархию потребностей, которые побудили и побуждают спортсмена продолжать заниматься выбранным им видом спорта (табл. 3).

Таблица 3.

**Результаты сравнения по методике «Изучение мотивов занятия спортом»  
спортсменов борцов вольного стиля и стрелков из лука**

Наименование мотивов	Средние значения		t-критерий
	Борцы	Стрелки	
Общения	3.23	2.67	2.7
Познания	3.68	3.28	1.6
Материальных благ	2.92	2.81	0.6
Развитие характера и психических качеств	4.46	4.25	1.2
Физического совершенства	4.03	3.31	3.3
Улучшение самочувствия и здоровья	2.90	2.05	4
Эстетического удовольствия и острых ощущений	3.85	3.41	2.1
Приобретения полезных для жизни умений и навыков	4.02	2.58	7.6
Потребность в одобрении	3.57	3.24	1.2
Повышение престижа, желание славы	3.92	3.42	2.8
Коллективистская направленность	4.1	3.4	3.1

Примечание: курсивом выделены значимые различия на уровне  $p=0.01$ .

Как видно из таблицы 3 для борцов доминирующими мотивами являются в порядке снижения значимости «развитие характера и психических качеств», «коллективистская направленность», «физическое совершенство». В свою очередь для спортсменов стрелков из лука иерархия наиболее значимых мотивов выглядит следующим образом: «развитие характера и психических качеств», «повышение престижа, желание славы», «эстетическое удовольствие и острые ощущения». Наименее значимыми для обеих групп испытуемых являются мотивы «улучшения самочувствия и здоровья», а также «общение».

Значимые различия в мотивах занятием спортом у представителей контактных и неконтактных видов спорта подтверждается сравнительным анализом по t-критерию Стьюдента. Второй по значимости для стрелков мотив «повышение престижа, желание славы» ( $t = 2.8$ ) имеет более высокие показатели у представителей вольной борьбы, что, возможно, связано с трудоемкой системой получения спортивного разряда в борьбе, критерием которого является победа на крупных российских и международных соревнованиях путем многократных спаррингов с разными соперниками до полной побе-

ды и присуждения 1 места, т.е. они ни разу не должны проиграть. В отличие от них, спортсмены стрелки выполняют мастера спорта на мастерских турнирах или на чемпионатах, первенствах или кубках, путем набора определенного количества очков, т.е. по результатам одного турнира сразу несколько человек может получить разряд.

У стрелков меньше выражен, чем у борцов мотив «приобретение полезных для жизни умений и знаний» ( $t = 7.6$ ), он также занимает предпоследнее место в иерархии их мотивов, что может отражать особенности их специального спортивного снаряжения (лук, стрелы), в свою очередь борцам не нужны никакие специальные инструменты, чтобы проявить свои умения и знания в обычной жизни. У борцов более выражены, чем у стрелков из лука, мотив «улучшение самочувствия и здоровья» ( $t = 4$ ) и мотив «физического совершенства» ( $t = 3.3$ ), что может быть объяснено более высокими физическими нагрузками в борьбе вольного стиля и значимостью для нее развития мышечной массы в достижении результата. Уровень квалификации спортсменов не являлся значимым критерием различия в мотивах занятия спортом.

### **Выводы**

Таким образом, результаты исследования особенностей жизнестойкости, базовых убеждений и мотивов занятий спортом спортсменов борцов вольного стиля и спортсменов стрелков из лука позволяет сделать следующие выводы:

- 1) Стрелки из лука, как представители неконтактного вида спорта отличаются от борцов вольного стиля большей жизнестойкостью, контролем и вовлеченностью, т.е. они в большей степени способны к актуализации личности в стойких стрессовых ситуациях.
- 2) Спортсмены борцы вольного стиля, как представители контактных видов спорта, в отличие от стрелков из лука в большей степени убеждены в доброжелательности мира, собственной удачливости и способности к личному контролю за событиями жизни. По ключевому интегральному показателю спортсмены стрелки имеют более позитивное мировосприятие за

счет высокой самооценки и убежденности в том, что каждый получает по заслугам и справедливость восторжествует.

- 3) Мотивы занятий спортом у представителей контактного вида спорта в отличие от неконтактного вида спорта отличаются большей выраженностью мотивов «повышение престижа, желание славы», «приобретение полезных для жизни умений и знаний», «улучшение самочувствия и здоровья» и «физическое совершенство». Иерархия мотивов в обеих группах отличается высоким значением мотива «развитие характера и психических качеств» и минимальным значением мотивов «общение» и «улучшение самочувствие и здоровья». Для борцов в иерархии их мотивов играют большую роль такие мотивы занятия спортом как «коллективистская направленность» и «физическое совершенство», для стрелков в свою очередь большое значение имеют мотивы «повышение престижа и желание славы» и «эстетическое удовольствие и острые ощущения».
- 4) Сравнительный анализ показателей жизнестойкости, базисных убеждений и мотивов занятий спортом у спортсменов разного уровня квалификации не выявил статистически значимых различий. Вышеизложенные результаты справедливы в данной выборке для борцов и стрелков, находящихся на этапе спортивного совершенствования (I спортивный разряд и КМС) и достигших этапа спортивного мастерства (МС).

Спорт в общих чертах предъявляет к спортсменам одинаковые требования, однако, наши результаты показывают, что представители разных видов спорта, в частности контактного и неконтактного спорта, имеют психологические особенности, определяющие их реакцию и поведение в стрессовой ситуации, которые необходимо учитывать в тренировочном процессе, для успешного выступления на соревнованиях и восстановления после них.

### *Список литературы*

1. Грушко А.И., Медведева Л.Е., Грушко Н.В. Психологические детерминанты употребления допинга в профессиональном спорте // Физкультурное образование Сибири. 2014. Т. 31. № 1. С. 76–79.

2. Ильин Е.П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.
3. Ильинский С.В. Особенности мотивации спортсменов в различных видах спорта // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «Психология», №1 (13). 2013. С. 75–84.
4. Котельникова А.В. Личностные корреляты посттравматического стресса (на материале выборки вынужденных переселенцев): Автореф. дис. ...канд.психол.наук. М., 2009. 22 с.
5. Кузьмин М.А. Мотивация спортивной деятельности в различных видах спорта // Научно-теоретический журнал «Ученые записки», №2 (84). 2012. С. 84–90.
6. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. Вып. 1 / Под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. С. 56–65.
7. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
8. Логинова М. В. Жизнестойкость как основной ресурс психологического восстановления консультанта / Методология, теория и практика профессиональной деятельности психолога-консультанта: Материалы 1-й Международной научно-практической конференции, 26–27 марта 2009 г. Казань: Издательство «Отечество», 2009. С. 65–68.
9. Падун М.А. Особенности базисных убеждений у лиц, переживших травматический стресс: Автореф. дис. ...канд.психол.наук. М., 2003. 20 с.
10. Соколова М.М., Калита В.В. Жизнестойкость спортсменов занимающихся контактными видами спорта // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2015. С. 159–160.
11. Сорокина Л.В. Жизнестойкость спортсмена как фактор личностной резистентности к неблагоприятным условиям среды // Вестник Тамбовского университета. Серия: Естественные и технические науки. Выпуск № 1, том 17, 2012. С. 242–244.
12. Фассахова Т.А., Мираев Д.Н. Жизнестойкость и произвольная саморегуляция как личностный ресурс повышения конкурентноспособ-

- ности спортсменов // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2016. Т. 1. № 1. С. 226–229.
13. Шаболтас А.В. Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. СПб., 1998. 20 с.
  14. Amorose A.J., Anderson-Butcher D., Newman T.J., Fraina M., Iachin A. High school athletes' self-determined motivation: The independent and interactive effects of coach, father, and mother autonomy support // *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 26, September 2016, pp. 1–8.
  15. Jöbsaar H., Hein V., Hagger M. S. Youth athletes' perception of autonomy support from the coach, peer motivational climate and intrinsic motivation in sport setting: One-year effects // *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 13, Issue 3, May 2012, pp. 257–262.
  16. Li Ch., Wang C.K.J., Pyun D.Y., Kee Y. Hwa Burnout and its relations with basic psychological needs and motivation among athletes: A systematic review and meta-analysis // *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 14, Issue 5, September 2013, pp. 692–700.
  17. Mouratidis A., Michou A. Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes // *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 12, Issue 4, July 2011, pp. 355–367.
  18. Ramzia S., Besharat M.A. The impact of hardiness on sport achievement and mental health // *Procedia Social and Behavioral. Sciences* 5. 2010. pp. 823–826.
  19. Sheard M., Golby J. Personality hardiness differentiates elit-level sport performers // *International Journal Sport and Exercise Psychology*. Volume 8. 2010. Issue 2.

### *References*

1. Grushko A.I., Medvedeva L.E., Grushko N.V. *Fizkulturnoe obrazovanie Sibiri*. 2014, 31, 1, pp. 76–79.
2. Ilin E.P. *Psikhologiya sporta* [Sport psychology]. SPb.: Piter, 2009, 352 p.
3. Ilinskyi S.V. *Vestnik Samarskoy gumanitarnoy akademii. Seria "Psikhologiya"*, 1, 13, 2013, pp. 75–84.
4. Kotelnikova A.V. *Lichnostnye korrelyaty posttravmaticheskogo stressa (na materiale vyborki vynuzhdennykh pereselentsev)* [Personal correlates

- of post-traumatic stress (based on the sample of internally displaced persons)]. М., 2009. 22 p.
5. Kuzmin M.A. *Uchenye zapiski*. №2 (84). 2012, pp. 84–90.
  6. Leontiev D.A. *Uchenye zapiski kafedry obshey psihologii MGU*. Volume 1 / ed. B.S. Bratus, D.A. Leontiev. М.: Smysl, 2002, pp. 56–65.
  7. Leontiev D.A., Rasskazova E.I. *Test zhiznestaykosti [Hardiness test]*. М.: Smysl, 2006. 63 p.
  8. Loginova M.V. *Metodologija, teorija i praktika professional'noj dejatel'nosti psihologa-konsul'tanta: Materialy 1-j Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoj konferencii, 26–27 marta 2009 g [The methodology, theory and practice of the professional work of a psychologist-consultant: Materials of the 1st International Scientific and Practical Conference, March 26-27, 2009]*. Kazan': Izdatel'stvo «Otechestvo», 2009, pp. 65–68.
  9. Padun M.A. *Osobennosti bazisnyh ubezhdenij u lic, perezhivshih travmaticheskij stress [World assumptions features of persons experienced traumatic stress]*. М., 2003. 20 p.
  10. Sokolova M.M., Kalita V.V. *Fizicheskoe vospitanie i studencheskiy sport glazami studentov Materialy vserossiyskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem [Physical education and student sport through the eyes of students. Abstracts of Russian scientific practical conference with foreign participant]*. 2015, pp. 159–160.
  11. Sorokina L.V. Korolev S.A. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Serija: Estestvennyye i tehnicheckie nauki*. № 1, 17, 2012, pp. 242–244.
  12. Fassahova T.A., Miraev D.N. *Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teorija i praktika realizacii*. 2016. 1. № 1, pp. 226–229.
  13. Shaboltas A.V. *Motivy zanyatiya sportom vysshikh dostizheniy v yunosheskom vozraste [Motives for exercising the highest achievements in adolescence]*. SPb., 1998. 20 p.
  14. Amorose A.J., Anderson-Butcher D., Newman T.J., Fraina M., Iachin A. High school athletes' self-determined motivation: The independent and interactive effects of coach, father, and mother autonomy support. *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 26, September 2016, pp. 1–8.
  15. Jöesaar H., Hein V., Hagger M.S. Youth athletes' perception of autonomy support from the coach, peer motivational climate and intrinsic motiva-

- tion in sport setting: One-year effects. *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 13, Issue 3, May 2012, pp. 257–262.
16. Li Ch., Wang C.K.J., Pyun D.Y., Kee Y. Hwa Burnout and its relations with basic psychological needs and motivation among athletes: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 14, Issue 5, September 2013, pp. 692–700.
  17. Mouratidis A., Michou A. Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, Volume 12, Issue 4, July 2011, pp. 355–367.
  18. Ramzia S., Besharat M.A. The impact of hardiness on sport achievement and mental health. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5. 2010. pp. 823–826.
  19. Sheard M., Golby J. Personality hardiness differentiates elit-level sport performers. *International Journal Sport and Exercise Psychology*. Volume 8. 2010. Issue 2.

#### ДААННЫЕ ОБ АВТОРЕ

**Молчанова Елена Владимировна**, доцент кафедры общей и социальной психологии, кандидат философских наук  
*Московский государственный институт международных отношений, Одинцовский филиал*  
*ул. Ново-спортивная, 3, г. Одинцово, Московская область, 143007, Российская Федерация*  
*elvlmolchanova@gmail.com*

#### DATA ABOUT THE AUTHOR

**Molchanova Elena Vladimirovna**, Associate Professor, Department of the General and Social Psychology, Ph. D. in Philosophy  
*MGIMO University Campus at Odintsovo*  
*3, Novo-Sportivnaya Str., Odintsovo, Moscow Region, 143007, Russian Federation*  
*elvlmolchanova@gmail.com*  
*SPIN-code: 2446-0021*  
*ORCID: 0000-0002-7232-3699*  
*ResearcherID: C-7866-2017*