

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СПОРТЕ

DOI 10.15826/spp.2022.4.51
УДК 159.9.072.52

ВЛИЯНИЕ УСПЕХА И НЕУСПЕХА НА ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ-БИАТЛОНИСТОВ

Л. Н. Рогалева¹, Л. А. Боярская¹, С. И. Миронова¹, А. Е. Арыкбай^{1,2}

¹ Уральский федеральный университет, Екатеринбург, Россия

² Казахский Национальный университет им. аль-Фараби, Алматы, Казахстан

Аннотация. Успех и неуспех в соревновательной деятельности представляют собой значимые ситуации, которые оказывают влияние на психологические состояния спортсменов. Целью исследования стало изучение взаимосвязи успеха и неуспеха с психологическими состояниями и поведением спортсменов-биатлонистов. В исследовании участвовали 20 действующих спортсменов-биатлонистов в возрасте от 18 до 20 лет, 10 юношей и 10 девушек, уровень мастерства от 1 разряда до мастеров спорта. Результаты были проанализированы с учетом гендерных различий. Результаты исследования выявили как гендерные различия, так и индивидуальные различия на ситуацию успеха и неуспеха. Полученные данные могут быть использованы в качестве рекомендаций для тренеров, спортсменов и спортивных психологов.

Ключевые слова: успех, психологические состояния, спортсмены-биатлонисты.

Для цитирования: Рогалева Л. Н., Боярская Л. А., Миронова С. И., Арыкбай А. Е. Влияние успеха и неуспеха на психологические состояния спортсменов-биатлонистов // Актуальные вопросы спортивной психологии и педагогики. 2022. Т. 2. № 4. С. 20–27.

THE INFLUENCE OF SUCCESS AND FAILURE ON THE PSYCHOLOGICAL STATE OF BIATHLETES

L. N. Rogaleva¹, L. A. Boyarskaya¹, S. I. Mironova¹, A. E. Arykbay^{1,2}

¹ Ural Federal University, Yekaterinburg, Russia

² Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan

Abstract. Success and failure in competitive activities are significant situations that affect the psychological state of athletes. The aim of the scientific research was to study the relationship between success and failure with the psychological states

© Рогалева Л. Н., Боярская Л. А., Миронова С. И., Арыкбай А. Е., 2022

and behavior of biathlon athletes. The study involved 20 active biathlete athletes aged from 18 to 20 years, 10 boys and 10 girls, with their skill levels from the 1st category to masters of sports. The results were analyzed taking into account gender differences. The results of the study have revealed both gender differences and individual differences. The obtained data can be used as recommendations for coaches, athletes and sports psychologists.

Keywords: success, psychological states, biathletes.

For citation: Rogaleva L. N., Boyarskaya L. A., Mironova S. I., Arykbay A. E. The influence of success and failure on the psychological state of biathletes // Current issues of sports psychology and pedagogy. 2022. Vol. 2. No.4. P. 20–27.

Проблему успешности спортсменов-биатлонистов необходимо рассматривается в более широком социальном контексте.

Спортивный успех имеет социальную функцию и может вызвать чувство национальной гордости социальную интеграцию и фактор повышения настроения среди населения [3, 4, 7].

В психологических исследованиях спортивный успех рассматривается прежде всего как карьерный успех, который имеет два аспекта: внешний, объективный, который связан такими карьерными достижениями как завоеванные медали или одержанные победы, и внутренний карьерный успех, который представляет собой субъективные суждения о карьерных достижениях, например, индивидуальную удовлетворенность включенностью в занятия адаптивным спортом, новым социальным статусом и повышением уровня притязаний и самооценки [1, 2].

Поэтому сочетание внешнего и внутреннего карьерного успеха представляется более подходящим.

В отличие от внешнего карьерного успеха, внутренний карьерный успех – это многомерное явление, относящееся к достижениям в таких областях, как влияние, долговечность, рост и развитие, признание, значимая работа, личная жизнь, качественная работа и удовлетворение [5]. Различие между внешним и внутренним карьерным успехом уже рассматривалось.

В последние годы резко возросла конкуренция в биатлоне, в условиях которой спортсмены неизбежно будут сталкиваться с успехом и неуспехом.

Цель исследования заключалась в изучении влияния успеха и неуспеха на психологическое состояние и поведение спортсменов-биатлонистов.

В соответствии с целью нами была разработана анкета, содержащая из 13 вопросов. В исследовании приняли участие 20 действующих спортсменов-биатлонистов в возрасте от 18 до 20 лет, 10 юношей и 10 девушек.

Результаты исследования. Первый вопрос основывался на положении о том, что отношение к успеху и неуспеху, тесно связано с культурными особенностями (восточными или западными) [8]. На первый

вопрос «Какое из высказываний больше подходит к вам?» – было предложено выбрать три варианта: 1 – «Никогда не радуйтесь внешним успехам и никогда не печальтесь о личных неудачах» (китайская поговорка), 2 – «Успех – это радость, неуспех – это разочарование», 3 – «Нечто среднее». Ответы на первый вопрос представлены на рисунке 1.

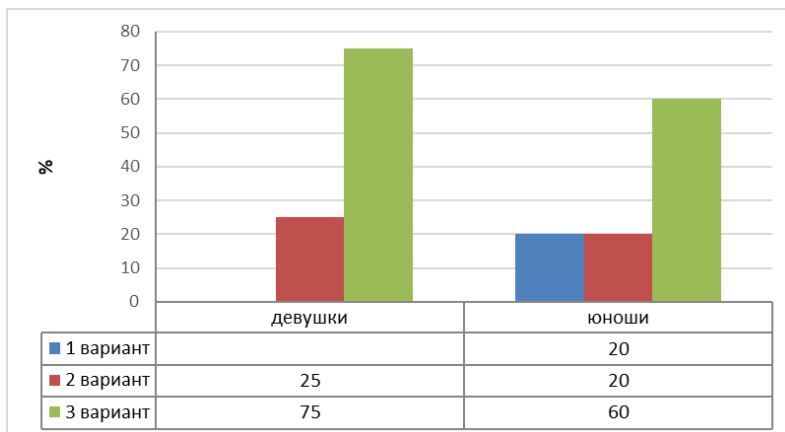


Рисунок 1. Отношение к успеху и неудаче спортсменов-биатлонистов

Как видно из рисунка 1 большинство девушек и юношей выбирают вариант «Нечто среднее». В связи с чем, можно заключить, что влияние успеха и неудач в спорте на эмоциональные состояния спортсмена связано больше с конкретной ситуацией, а не культурными установками. Поэтому следующие вопросы стали уточняющими. На второй вопрос: «Какие психологические состояния вы испытываете после достижения поставленной цели?» – необходимо было выбрать 4 варианта ответа. Данные представлены на рисунке 2.

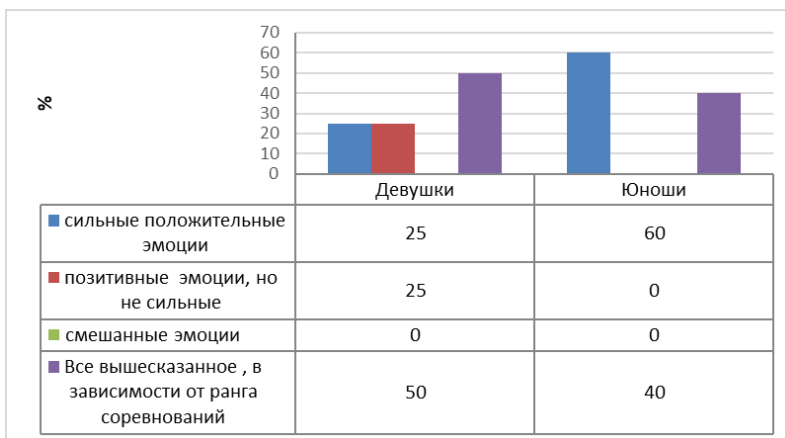


Рисунок 2. Ответы на вопрос «Какие психологические состояния вы испытываете после достижения поставленной цели?»

Из рисунка 2 мы видим, что среди юношей выше процент тех, кто испытывает сильные положительные эмоции, связанные с успехом выступлений и в зависимости от ранга соревнований, в то время как у девушек эмоции более дифференцированные.

На третий вопрос: «Какие психологические состояния вы испытываете после неуспеха?» – было предложено 4 варианта ответов. Спортсмены могли выбрать от 1 до 3 мотивов. Данные представлены на рисунке 3.

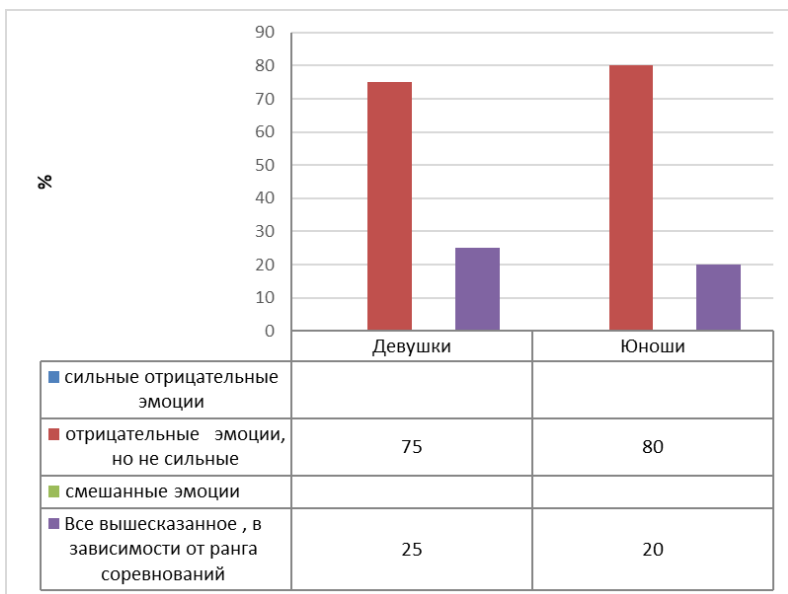


Рисунок 3. Ответы на вопрос: «Какие психологические состояния вы испытываете после неуспеха?»

Как мы видим из рисунка 3, неуспех у спортсменов-биатлонистов вызывает отрицательные эмоции, но не сильные.

Таким образом, есть различие как по гендерному признаку, так и индивидуальных особенностей на ситуацию успеха, в то время как на неуспех реакции эмоциональные различаются меньше.

На вопросы 4 и 5 о том, как влияет опыт участия соревнований на силу эмоциональных состояний спортсменов после успеха и неуспеха, девушки отметили, что опыт ведет к снижению эмоций после успеха и увеличению эмоций (негативных) после неуспеха. В то же время у юношей мнения сильно различаются, среди них есть также те, кто затруднился с ответом, поэтому общий вывод такой, что влияние опыта на эмоции спортсменов после успеха и не успеха могут сильно различаться.

На вопросы 6 и 7 как влияет успех или неуспех на отношение к последующим выступлениям, большинство спортсменов ответили, что как успех, так и не успех повышают мотивацию и повышает усилия. Эти ответы согласуются с положениями теории мотивации достижения [6]. В то же время можно отметить, что юноши выбрали и такие ответы, которые говорят о том, что неуспех может наоборот снижать мотивацию и снижать усилия, или не влиять на мотивацию.

На восьмой вопрос «Как вы оцениваете свой успех?» были получены ответы, представленные на рисунке 4.

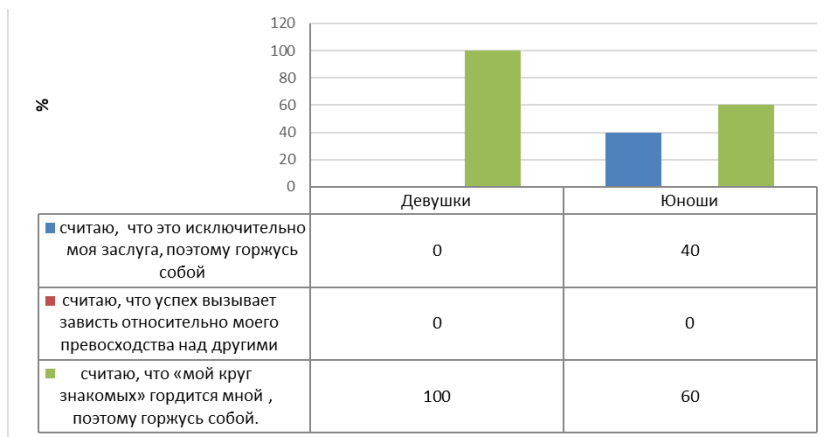


Рисунок 4. Ответы на вопрос «Как вы оцениваете свой успех?»

Как мы видим из рисунка 4 самым популярный ответ, что успех вызывает гордость, так как связан с кругом значимых людей, которые так же гордятся успехами и достижениями спортсменов. При этом для девушек успех имеет более выраженный социальный характер, в то время как юноши отмечают, что – это исключительно их заслуга, которое вызывает гордость за себя. Можно сказать, что первая тенденция рассматривается более близкая к восточной культуре, в то время как вторая более близкая к западной культуре. Поэтому данный факт можно необходимо учитывать в работе со спортсменами.

На девятый вопрос «Как на вас влияет неуспех?» ответы представлены на рисунке 5.

Как мы видим из рисунка 5, при неуспехе девушки ориентированы как и при успехе на круг значимых других, в то время как юноши отметили различное влияние, например указали на снижение самооценки и переживание чувства несправедливости.

Интересные выводы были получены при ранжировании факторов, которые могут усиливать эмоции после успеха (позитивные) и неуспеха (негативные).

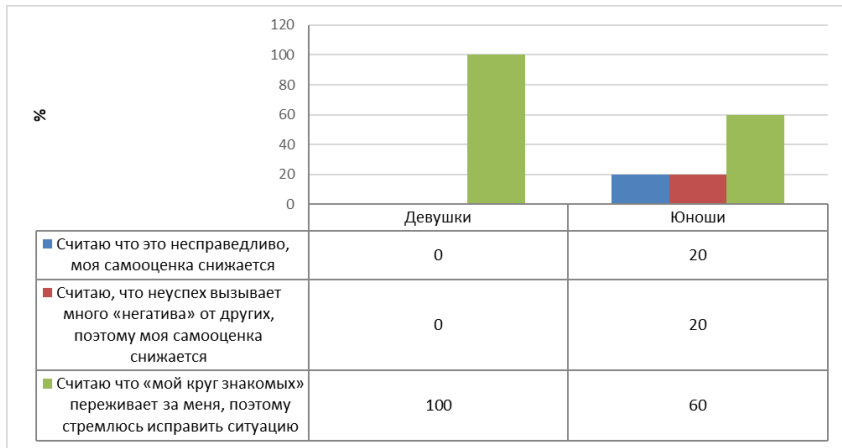


Рисунок 5. Ответы на вопрос «Как на вас влияет неуспех?»

Выявлено, что положительные эмоции усиливаются:

- 1 – когда это командный успех;
- 2 – есть материальное вознаграждение;
- 3 – если уровень соревнований выше;
- 4 – если результат выше запланированного;
- 5 – если можешь оправдать надежду большого количества людей.

Данные актуальны, поскольку они показывают роль внешних стимулов и внутренних установок, которые повышают мотивацию и радость от переживания успеха.

Что касается ситуации неуспеха, что наиболее значимые факторы это снижение материального вознаграждения, результат ниже запланированного, невозможность оправдать надежды других.

В ходе опроса важно было узнать о том, используют ли спортсмены биатлонисты психологические приемы для регуляции своего психологического состояния.

Результаты показали, что юноши осознанно используют приемы и методы саморегуляции своих состояний, в то время как большинство девушек затруднилось с ответом.

При этом юноши отметили, что главным мотивом в управлении своими эмоциями для них является стремление к самосовершенствованию, в то время как для девушек наиболее значимый мотив стремление к достижению поставленных целей.

Выводы.

Результаты исследования показывают, что успех и неуспех спортсменов-биатлонистов оказывает важное влияние на эмоции и переживания спортсменов, но при этом переживание эмоций может иметь различия у девушек и юношей, поэтому знание данных различий может способствовать разработке более адекватных рекомендаций для спортсменов, тренеров и спортивных психологов.

Список литературы

1. Батури́н Н.А. Психология успеха и неудачи: Учебное пособие. Челябинск: Изд. ЮУрГУ, 1999. 100 с.
2. Сохликова В. А. Психологические модели успешности выступления высококвалифицированных спортсменов на основе самооценки и уровня притязания автореф. дис. ... канд. психолог. наук. Москва, 2020. 22 с.
3. «A conceptual framework for analysing sports policy factors leading to international sporting success» / De Bosscher, V. [et al.] (2006) // *European Sport Management Quarterly*. Vol. 6 No. 2. P. 185–215.
4. Denham B. E. Correlates of pride in the performance success of United States athletes competing on an international stage // *International Review for the Sociology of Sport*. 2010. Vol. 45. № 4. P. 457–473.
5. «Development of a new scale to measure subjective career success: a mixed-methods study» / Shockley, K.M. [et al.] // *Journal of Organizational Behavior*. 2016. Vol. 37. No. 1. P. 128–153.
6. Elbe A.-M. Entwicklung der allgemeinen und sportspezifischen Leistungsmotivation von Sportschülerinnen / A.-M. Elbe [et al.] // *Psychologie und Sport*. 2003. Vol. 10. № 3. P. 134–143.
7. Forrest D., Simmons R. Sport and gambling. *Oxford Review of Economic Policy*, (2003), Vol. 19 No. 4. P. 598–611.
8. Meng Zhang, Susan E. Emotions in memories of success and failure: a cultural perspective // *Emotion*. 2011. Vol. 11. № 4. P. 866–880. DOI: 10.1037/a0024025.

References

1. Baturin, N. A. (1999). *Psihologiya uspekha i neudachi v sportivnoj deyatel'nosti* [Psychology of success and failure in sports activity]. Chelyabinsk: SUSU Publishing House. (In Russ.).
2. Sohlikova, V. A. (2020). *Psihologicheskie modeli uspehnosti vystupleniya vysokokvalificirovannyh sportsmenov na osnove samoocenki i urovnya prityazaniya* [Psychological models of the success of the performance of highly qualified athletes based on self-esteem and the level of pretension]. [Candidates dissertation, Moscow]. (In Russ.).
3. De Bosscher, V., De Knop, P., Van Bottenburg, M. and Shibli, S. (2006). «A conceptual framework for analysing sports policy factors leading to international sporting success». *European Sport Management Quarterly*, 6(2), 185–215.
4. Denham, B. E. (2010). Correlates of pride in the performance success of United States athletes competing on an international stage. *International Review for the Sociology of Sport*, 45(4), 457–473.
5. Shockley, K. M., Ureksoy, H., Rodopman, O.B., Poteat, L.F. and Dullaghan, T.R. (2016). Development of a new scale to measure subjective career success: a mixed-methods study. *Journal of Organizational Behavior*, 37 (1), 128–153.
6. Elbe, A.-M., Beckmann J., Szymanski B. (2003). Entwicklung der allgemeinen und sportspezifischen Leistungsmotivation von Sportschülerinnen. *Psychologie und Sport*, 10 (3), 134–143.
7. Forrest, D. Simmons, R. (2003). Sport and gambling. *Oxford Review of Economic Policy*, 19 (4), 598–611.
8. Meng Zhang, Susan, E. (2011). Emotions in memories of success and failure: a cultural perspective. *Emotion*, 11(4), 866–880. DOI: 10.1037/a0024025.

Информация об авторах / Information about the authors

Людмила Николаевна Рогалева – кандидат психологических наук, доцент, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; l.n.rogaleva@urfu.ru.

Людмила Алексеевна Боярская – кандидат педагогических наук, доцент, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; l.a.bojarskaya@mail.ru.

Светлана Игоревна Миронова – магистрант, Институт физической культуры, спорта и молодежной политики, Уральский федеральный университет; svetlana-mironova0@inbox.ru.

Айдана Ерланова Арыкбай – магистрант, Казахский национальный университет им. аль-Фараби; Уральский федеральный университет; aidana.arikbai@mail.ru.

Liudmila Nikolaevna Rogaleva – PhD (Psychology), Associate Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; l.n.rogaleva@urfu.ru.

Lyudmila Alekseevna Boyarskaya – PhD (Pedagogy), Associate Professor, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; l.a.bojarskaya@mail.ru.

Svetlana Igorevna Mironova – master student, Institute of Physical Culture, Sports and Youth Policy, Ural Federal University; svetlana-mironova0@inbox.ru.

Aidana Erlanova Arykбай – master student, Ural Federal University, Al-Farabi Kazakh National University; aidana.arikbai@mail.ru.

Рукопись поступила в редакцию / Received: 10.11.2022

Принята к публикации / Accepted: 18.12.2022