

---

## ФАКТОРНАЯ СТРУКТУРА УВЕРЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ И НЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СПОРТСМЕНОВ

М.А. Рушина

Кафедра социальной и дифференциальной психологии  
Российский университет дружбы народов  
*ул. Миклухо-Маклая, 6, Москва, Россия, 117198*

В статье представлены особенности факторной структуры уверенности профессиональных спортсменов и любителей спорта.

**Ключевые слова:** уверенность, системно-функциональный подход, профессиональные спортсмены, факторный анализ.

В последнее время роль спорта в жизни человека очень велика. Уверенные в себе личности, не задумываясь о трудностях, с головой уходят в спорт, а кому-то как раз не хватает уверенности, чтобы преодолеть свою лень и заставить себя пойти в спортивный зал. Учитывая значение, которое имеет уверенность личности в современной повседневной жизни, в настоящей работе рассматривается уверенность людей, которые посвятили себя целиком и полностью спорту, и тех людей, которые лишь соприкоснулись со спортом. Конечно, стоит отметить, что уверенность профессионалов и непрофессионалов в спорте сказывается на их достижениях. Спорт для профессионала — это азарт, это жизнь, а для «любителя» — это всего лишь хобби, времяпрепровождение, но все-таки и для тех и для других уверенность как свойство личности будет играть доминирующую роль для достижения результатов.

На наш взгляд, без знания закономерностей развития и учета особенностей личностных качеств спортсменов невозможно обеспечить положительный результат в их спортивных достижениях и в дальнейшей профессионализации, а также активность жизнедеятельности с перспективами и возможностями самосовершенствования непрофессиональных спортсменов. Также возрастание роли спорта в наше время привело к тому, что личность профессионального спортсмена может выступать и выступает в роли идеала для молодежи, поэтому обществу не безразлично, какие ценности несет спорт в лице спортивных профессионалов.

В настоящей работе рассматривается уверенность людей, которые заняты спортом профессионально и в качестве хобби. Всего в эмпирическом исследовании, проведенном совместно с Л.А. Ведменской, принял участие 61 человек: 32 человека — профессиональные спортсмены (26 мужчин и 6 женщин) и 29 человек — «любители» (6 мужчин и 23 женщины). Возраст испытуемых варьируется от 19 до 60 лет. Профессиональные спортсмены большей частью являются обладателями высших спортивных наград, мастерами спорта и кандидатами в мастера спорта России и СССР, заслуженными тренерами.

Для выяснения структуры уверенности был проведен факторный анализ, в результате которого после вращения выделилось по четыре фактора у каждой из исследуемых групп (табл.).

Таблица

**Сравнительный анализ факторной структуры уверенности у профессиональных спортсменов ( $n = 32$ ) и непрофессиональных спортсменов ( $n = 29$ )**

Переменные \ Факторы	Проф. спортсмены				Непроф. спортсмены			
	Ф 1	Ф 2	Ф 3	Ф 4	Ф 1	Ф 2	Ф 3	Ф 4
Общественно значимые цели	0,813	0,037	-0,029	0,443	0,834	-0,168	0,102	-0,204
Личностно значимые цели	0,492	-0,161	-0,034	0,594	0,820	0,318	0,123	-0,040
Социоцентричность	0,908	0,144	0,089	0,014	0,792	-0,001	0,068	0,343
Эгоцентричность	0,800	0,182	0,104	0,152	0,679	-0,085	0,002	0,422
Осмысленность	0,190	-0,125	0,892	-0,065	0,654	-0,013	0,207	0,003
Осведомленность	0,618	-0,049	0,502	-0,251	-0,110	0,072	0,064	0,865
Предметность	0,680	-0,110	0,094	0,521	0,545	0,107	0,642	-0,115
Субъектность	0,312	-0,078	0,001	0,812	0,290	-0,275	0,558	0,081
Энергичность	0,225	-0,109	0,736	0,186	0,235	0,130	0,733	-0,041
Аэнергичность	-0,098	0,849	-0,020	0,138	0,033	0,516	0,272	0,412
Стеничность	-0,012	-0,013	0,319	0,621	0,161	-0,204	0,652	0,160
Астеничность	0,194	0,799	-0,259	-0,107	0,175	0,588	-0,082	0,408
Интернальность	-0,029	-0,129	0,873	0,184	-0,258	-0,017	0,757	0,143
Экстернальность	0,617	0,161	0,380	0,241	0,294	0,346	0,183	0,672
Операциональные трудности	0,127	0,855	0,101	-0,132	0,006	0,846	-0,119	0,241
Личностные трудности	0,108	0,808	-0,416	-0,179	-0,122	0,867	-0,125	-0,155

Примечание: значимые веса выделены серым фоном.

*Первый фактор* профессиональных спортсменов можно охарактеризовать как фактор «внешней (социальной) мотивации и регуляции». Данный фактор во-брал в себя общественно значимые цели, социоцентричность, предметность (т.е. продуктивность в предметной, общественно значимой сфере), а также экстер-нальность. Эти переменные свидетельствуют о том, что для спортсменов в про-явлении и регуляции уверенности очень большую роль играют социально значи-мые факторы (могут выступать за команду, за страну, приносят пользу другим, в регуляции полагаются на тренера, на обстоятельства, везение). Также здесь присутствует эгоцентричность, так как личностная мотивация связана со всеми перечисленными факторами (и для других, и для себя) и осведомленность, т.е. выделение несущественных признаков (например, то, что уверенность зависит от генетических факторов, т.е. не поддается изменению, а это согласуется с экс-тернальностью). Интересно, что у непрофессиональных спортсменов осведом-ленность и экстернальность выделились в отдельный фактор, а здесь у профес-сионалов они связаны с основными переменными мотивационно-смыслового блока.

*Второй фактор* у профессиональных и непрофессиональных спортсменов можно назвать фактором проблем, трудностей. Данный фактор можно наблюдать

и в других исследованиях по проблеме уверенности личности [1; 5; 6]. В данном случае подтверждается, что трудности в проявлении уверенности сильнее всего связаны с азнергичностью и астеничностью. Аэнергичность дает понять нам, что профессиональные спортсмены чувствуют себя более уверенными, если находят поддержку, и как раз поддержка тренеров и окружающих очень важна и нужна им. Астеничность представляет, что профессиональные спортсмены иногда беспокоятся, переживают о том, что с ними произошло (например переживания по поводу проигрыша в состязании), также при осуществлении выбора они испытывают чувство настороженности.

*Третий фактор* структуры уверенности профессиональных спортсменов прежде всего является когнитивно-регуляторным блоком. Следует обратить внимание, что вклад осведомленности гораздо ниже, чем осмысленности, т.е. если экстернальность в первом факторе больше связана с осведомленностью и мотивационно-смысловыми переменными, то осмысленность — с энергичностью и интернальностью. Иными словами, чем более существенные представления об уверенности у профессиональных спортсменов, тем ярче выражена ее внутренняя саморегуляция и поведенческие проявления. Здесь мы видим, что профессиональные спортсмены обладают «волевой осознанной уверенностью». Профессиональным спортсменам свойственно считать, что они всегда могут регулировать свое поведение, в любых ситуациях надеются только на свои силы и могут пренебречь советами других, предлагают свой вариант решения образовавшейся проблемы (интернальность).

*Четвертый фактор* профессиональных спортсменов содержит в себе «продуктивно-личностную» уверенность. При преобладании личностно значимых целей повышается продуктивность в обеих сферах (и в предметной, и в субъектной), но особенно в субъектной, личностной, и все это сопровождается положительными эмоциями (стеничность). Когда профессиональный спортсмен «видит» личностный смысл, идет к своим целям, его уверенность более продуктивна и приносит большее эмоциональное удовлетворение. Это представлено по контрасту с первым фактором — там «долженствование», профессионалы проявляют уверенность потому что нужно это сделать и с привлечением внешних факторов, а здесь проявление уверенности идет «для себя», для достижение собственных личных целей.

Таким образом, факторная структура уверенности у профессиональных спортсменов состоит из «внешней (социальной) мотивации и регуляции», которая свидетельствует о большой роли в проявлении и регуляции уверенности социально значимых факторов, о которых говорилось выше; блока трудностей и проблем, что препятствует уверенному поведению спортсменов; когнитивно-регуляторного блока и блока «продуктивно-личностной уверенности».

Факторная структура уверенности непрофессиональных спортсменов также состоит из четырех факторов.

*Первый фактор* содержит мотивационно-смысловой блок, который способствует реализации уверенности непрофессиональных спортсменов (общественно

и лично значимые цели, социоцентричность и эгоцентричность, осмысленность и предметность). Данный блок не вообрал в себя лишь осведомленность и субъектность. С одной стороны, переменные этого фактора, так же как и у профессиональных спортсменов показывают, что уверенность нацелена на достижение успехов в деятельности; на стремление найти новую и интересную работу, быть уважаемым человеком, на обретение надежных и верных друзей (общественно значимые цели); данный фактор также характеризует побуждения к уверенному поведению намерение получить одобрение со стороны окружения; желание утвердиться в группе и коллективе; стремление больше сделать и узнать что-то новое (социоцентричность). Непрофессиональные спортсмены задумываются о том, в чем смысл жизни, т.е. уверенность они понимают как черту, которую можно развивать и совершенствовать, с помощью уверенности они могут обладать умением и способностью владеть собой, посредством уверенности они стремятся показать себя и свои возможности (осмысленность); также уверенное поведение непрофессиональных спортсменов способствует приобретению большого жизненного опыта, расширению контактов с окружающими их людьми, в спортклубах (предметность). С другой стороны, переменные первого фактора непрофессиональных спортсменов показывают, что их уверенность нацелена на удовлетворение своих желаний и планов, на устройство семейной жизни (лично значимые цели), и все это побуждается желанием отстоять себя и свои взгляды, желанием проявить себя и свои способности, намерением самоопределиться и реализовать себя и стремлением быть самостоятельными и независимыми (эгоцентричность).

*Второй фактор* у непрофессиональных спортсменов можно назвать «классическим» фактором проблем и трудностей. Данный фактор представлен так же, как и у профессиональных спортсменов; его можно наблюдать и по другим чертам личности, у других авторов, и не только по проблеме уверенности. Непрофессиональные спортсмены — это люди, которые иногда поддаются паническому настроению, излишне мнительны, что мешает уверенности, не всегда организованы и стеснительны, имеют заниженную самооценку (личные трудности); часто перепроверяют себя во всем, заранее опасаются отрицательного результата, не всегда могут сосредоточиться на цели (операционные трудности), чувствуют себя уверенными, если находят поддержку со стороны окружающих, часто считают себя в чем-то некомпетентными и при выборе предусматривают запасные варианты (аэнергичность).

*Третий фактор* у непрофессиональных спортсменов можно охарактеризовать как фактор «продуктивной уверенности». Он включает в себя обе переменные продуктивного компонента и все гармонические переменные инструментально-смыслового блока. Данный фактор ярче всего отражает взаимодействие и связь мотивационно-смыслового блока и инструментально-стилевого блока уверенности. Он очень похож на фактор успешности. Интересно, что продуктивно-регулятивные аспекты не очень связаны с мотивационными и целевыми. Как у непрофессиональных спортсменов, так и у профессиональных спортсменов присут-

ствуется энергичность, которая характеризует и одних и других, как людей, которые считают, что нет безвыходных ситуаций, из любой сложившейся ситуации всегда можно найти выход, и также присутствует интернальность, которая дает представление о том, что обе группы испытуемых лучше всех знают, что должен делать их рабочий коллектив, могут всегда предложить свой вариант решения проблемы, но не всегда могут пользоваться рекомендациями окружающих. Они могут быть успешными во всех своих начинаниях.

*Четвертый фактор* у «любителей» спорта можно назвать фактором поверхностной, внешней регуляции, который дает представление о том, что при преобладании поверхностных представлений об уверенности преобладает ее внешняя регуляция. Непрофессиональные спортсмены уверенность понимают как свойство личности, которое зависит от темперамента человека, и это свойство получено ими от родителей. Они считают, что уверенность — это устойчивое качество человека, не поддающееся изменению (осведомленность). Непрофессиональные спортсмены уверены, что им всегда придут на помощь, что многое зависит от их простого везения (экстернальность).

Таким образом, представленные выше особенности факторной структуры уверенности обеих групп испытуемых показывают нам, что первые два фактора (с определенными вариациями) в структуре уверенности профессиональных и непрофессиональных спортсменов достаточно близки, а основные различия заключаются в остальных двух факторах.

Уверенность профессиональных спортсменов и любителей спорта характеризует непрофессиональных спортсменов как личностей, которые испытывают большие личностные трудности, чем профессионалы спорта. Отметим, что уверенность не дается простым решением. Уверенность необходимо развивать тем людям, которым ее недостает, тем, кто нуждается в решительных поступках. Данное свойство личности не передается по наследству, а формируется в процессе жизни, поэтому его можно корректировать и развивать. Неуверенному в себе человеку, да наверное, и уверенному следует быть активным слушателем, внимательно относиться к тому, что происходит вокруг и в жизни вообще. Также нужно стараться проявлять себя и свои возможности.

Спорт сам по себе обладает удивительными свойствами: он объединяет людей, укрепляет здоровье, характер и даже умственные способности людей, развивает выносливость, терпение и силу. Спорт объединяет не только людей, но и страны, он делает людей более устойчивыми во всех смыслах слова, а уверенность помогает в этом.

## ЛИТЕРАТУРА

- [1] Замалдинова Г.Н. Соотношение индивидуально-типических особенностей уверенности с уровнем самоактуализации сотрудников коммерческих организаций: Автореф. дисс. ... канд. психол. наук. — М., 2011.
- [2] Киселев Ю.Я. Влияние спортивной деятельности на личность спортсмена. — М.: Физкультура и спорт, 1984.

- [3] *Крупнов А.И.* Системно-диспозиционный подход к изучению личности и ее свойств // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия «Психология и педагогика». — 2006. — № 1. — С. 63—74.
- [4] *Находкин В.В.* Психология спорта и деятельность спортивного психолога: Психолого-педагогическое сопровождение процесса подготовки спортсмена и команд. — Якутск, 2011.
- [5] *Селиверстова М.А.* Особенности факторной структуры уверенности у старших школьников и студентов // Самореализация личности в современных социокультурных условиях: Материалы Всероссийской научно-практической конференции (24—25 октября 2007 г.): В 3 т. — Тольятти: ТГУ, Гуманитарный институт, 2007. Т. III: Возрастные аспекты самореализации личности. — С. 174—176.
- [6] *Селиверстова М.А.* Сравнительная характеристика уверенности старших школьников и студентов: Дисс. ... канд. психол. наук. — М.: Изд-во РУДН, 2007.

## **FACTOR STRUCTURE OF CONFIDENCE IN PROFESSIONAL AND NONPROFESSIONAL ATHLETES**

**M.A. Rushina**

The Chair of Social and Differential Psychology  
Peoples' Friendship University of Russia  
*Miklukho-Maklaya str., 6, Moscow, Russia, 117198*

The article submits the features of the factor structure of confidence in professional athletes and amateurs.

**Key words:** confidence, system-functional approach, professional athletes, factor analysis.