

Федеральное государственное бюджетное учреждение науки  
Институт психологии Российской академии наук

*На правах рукописи*

**Бакуняева Дарья Сергеевна**

**СМЫСЛОЖИЗНЕННЫЕ ОРИЕНТАЦИИ В СИСТЕМЕ ФАКТОРОВ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ СПОРТСМЕНОВ –  
ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СПОРТА ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ**

Специальность 19.00.03 – психология труда, инженерная психология и  
эргономика (психологические науки)

**ДИССЕРТАЦИЯ**

на соискание ученой степени кандидата психологических наук

**Научный руководитель:**

доктор психологических наук,  
профессор

**Обознов Александр Александрович**

Москва – 2018

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМА СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ В СПОРТЕ.....	13
1.1. Проблема смысла жизни в контексте профессиональной деятельности .....	14
1.2. Проблема смысложизненных ориентаций в профессиональной деятельности .....	27
1.3. Спорт высших достижений как профессиональная деятельность.....	37
1.4. Подходы к рассмотрению понятия профессиональной успешности в психологии спорта.....	47
1.5. Факторы профессиональной успешности спортсменов.....	52
1.6. Выводы по главе 1.....	62
ГЛАВА 2. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ, ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	64
2.1. Методологические основания.....	64
2.2. Теоретические основания.....	66
2.3. Методические основания .....	72
2.4. Психологическая характеристика видов спорта, входящих в выборку эмпирического исследования.....	77
2.5. Характеристика выборки эмпирического исследования .....	85
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СИСТЕМЕ ФАКТОРОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ СПОРТСМЕНОВ .....	89
3.1. Влияние смысложизненных ориентаций спортсменов на их профессиональную успешность .....	89
3.2. Особенности влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность у представителей разных видов спорта .....	107

3.3. Мотивы выбора спортивной профессии и их влияние на смысложизненные ориентации спортсменов .....	113
3.4. Влияние смысложизненных ориентаций на профессиональные планы спортсменов .....	122
3.5. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности .....	128
3.6. Смысложизненная функция спортивной травмы .....	139
3.7. Системная модель психологических факторов профессиональной успешности .....	148
ВЫВОДЫ .....	155
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	158
БИБЛИОГРАФИЯ .....	161
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	185

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Профессиональная деятельность является основополагающей не только для жизнедеятельности человека, но и ведущей сферой его развития и самореализации. Поскольку профессиональная деятельность занимает весьма весомую часть жизни человека, имея для многих смысложизненное значение, то рядом авторов подчеркивается важность смыслообразующей функции профессиональной деятельности (Бодров 2001, 2007; Завалишина, 2004; Гришина, 2006; Константи́нин, 2010; Пряжников, 2005 и др.). В этой связи, изучение роли ценностно-смысловой сферы профессионала и его смысложизненных ориентаций в успешном освоении профессии является важной исследовательской задачей (Максимова, 2001; Горбачева, 2002; Чудновский, 2004; Федина, 2012; Прокудин, 2013; Котова, 2014 и др.).

Поставленный вопрос приобретает большую важность применительно к представителям тех профессий, которые несут большую социальную ответственность за результаты своей деятельности. Особо актуальна эта проблема для спортсменов – представителей спорта высших достижений, который получил в нашей стране статус профессии (Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации", 1999). Специфика спорта, как особого вида профессиональной деятельности заключается в ранней профессионализации, непрерывном нахождении профессионального спортсмена в зоне абсолютных пределов своих физических и психических возможностей, высоком риске травматизма, повышенном внимании со стороны социума, высокой степени ответственности за свои результаты, относительной непродолжительностью. Указанные особенности спортивной профессии предъявляют жесткие требования не только к физическим, но и психическим свойствам спортсмена. Спорт высших достижений требует от спортсменов высокой выраженности мотивации достижения и целеустремленности, осознанности и осмысленности своей деятельности, доминирования духовных, морально-нравственных ценностей,

отношения к своей профессии как смыслу жизни (Стамбулова, 1999).

Изучению психологических факторов соревновательной успешности в спорте посвящено большое количество научных работ (Палайма, 1966; Рудик, 1973; Румянцева, 1975; Вяткин, 1978; Капустин, 1980; Черникова, 1980; Толочек 1984, 1994; Сафонов, 1993, 2003; Горская, 1999, 2008, 2015; Чернов, 2001; Зинченко, 2011; Кашапов, 2012; Ильин, 2012; Сопов, 2014; Gould, 2002; Greenleaf, 2001; Hanin, 2003; Robazza, 2006 и др.). Специфика ценностно-смысловой сферы спортсменов и ее связи с соревновательной успешностью рассматривались в ряде исследований (Палайм, 1966; Келишев, 1972; Пилюян, 1984; Шаболтас, 1998; Горская, 1999; Румянцева, 2001; Пуни, 2002; Шумилин, 2003; Голец, 2008, Султанова, 2009, Панкратов, 2015; Ames, 1992; Biddle, 1993 и других). В этих работах показаны особенности развития ценностных и смысложизненных ориентаций спортсменов на разных этапах профессионализации, а также связь этих ориентаций с мотивами и смыслом спортивной деятельности, самореализацией. Результаты этих исследований позволили выявить прогностические критерии профессиональной успешности спортсменов и находят свое практическое применение в вопросах профессионального отбора и подготовки спортсменов, а также их психологического сопровождения на разных этапах профессионализации.

Несмотря на обширность и разнонаправленность исследований в этой области, проблема системного исследования факторов профессиональной успешности спортсменов требует дальнейшего изучения. Актуальность данного диссертационного исследования раскрывается в изучении роли смысложизненных ориентаций спортсменов в системе прогностических факторов их профессиональной успешности.

**Цель исследования** – выявить роль смысложизненных ориентаций в системе факторов профессиональной успешности спортсменов – представителей спорта высших достижений.

**Объект исследования** – профессиональная деятельность спортсменов – представителей спорта высших достижений.

**Предмет исследования** – смысложизненные ориентации спортсменов – представителей спорта высших достижений.

**Гипотезы исследования:**

1. Влияние смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов зависит от мотивов предшествующего выбора спортивной карьеры, вида спорта, наличия спортивных травм, индивидуально-типологических особенностей спортсменов, их последующих жизненных и профессиональных планов.
2. Влияние смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов проявляются в разных типах их отношения к своей профессии.
3. Спортивная травма оказывает разнонаправленное влияние на профессиональную успешность.

**Задачи исследования:**

1. Провести анализ исследований роли смысложизненных ориентаций в спортивной профессии.
2. Выявить влияние смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов – представителей спорта высших достижений.
3. Выявить связь влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов с мотивами их выбора вида спорта, жизненными и профессиональными планами.
4. Изучить особенности связей смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности.
5. Выявить роль смысложизненного значения спортивных травм для их влияния на профессиональную успешность спортсменов.

**Теоретико-методологическими основами** исследования служили положения субъектно-деятельностного подхода (С.Л.Рубинштейн, А.Н.Леонтьев, К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский); теоретические принципы системного подхода (Б.Ф. Ломов, А.Л. Журавлев; В.А. Барабанщиков); положения о системной детерминации и о связи детерминации со временем Я.Ф. Аскина; теоретические представления о смысловой сфере личности (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Е.Е. Насиновская); представления о связи смысла жизни с профессиональной деятельностью (Д.Н. Завалишина, Т.В. Максимова, В.В. Константи́нин); концепция смысложизненных ориентаций (Д.А. Леонтьев, В.Э. Чудновский); теория стремления к смыслу В. Франкла; теоретические положения о спортивной деятельности (А.Ц. Пуни, П.А. Рудик, Н.Б. Стамбулова, Г.Б. Горская, Е.П. Ильин); теоретические представления о профессиональной успешности (В.А. Бодров, А.Е.Климов, А.А. Обознов, В.А. Толочек).

**Методы исследования.** Для решения поставленных в работе задач применялись следующие методы: анализ научной литературы, психологическое тестирование, метод структурированного интервью, психологическая беседа, анализ документов.

Для оценки объективных критериев профессиональной успешности спортсменов использовался метод анализа документов (квалификационных требований, федеральных и профессиональных стандартов, официальных рейтингов спортсменов); для оценки субъективных критериев профессиональной успешности и специфики смысложизненных ориентаций профессиональных спортсменов использовался метод интервью, а также опросник «Смысложизненные Ориентации» Д.А. Леонтьева (2000). Для изучения личностных особенностей спортсменов использовался индивидуально-типологический опросник в адаптации Собчик Л.Н. (2005), мотивов выбора спортивной профессии и профессиональных планов спортсменов – метод структурированного интервью.

Математико-статистическая обработка экспериментальных данных осуществлялась с помощью следующих программ: Statistica (версия 6.0), Excel из стандартного пакета Microsoft Office, IBM Amos 22.0 Windows.

**Организация исследования:** эмпирическое исследование проводилось на базе Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научно-клинический центр специализированных видов медицинской помощи и медицинских технологий» Федерального медико-биологического агентства России, а также на базе Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации» Федерального медико-биологического агентства России в период с 2012 по 2016 год включительно.

**Эмпирическая база исследования:** выборку исследования составили 500 спортсменов – представителей спорта высших достижений обоего пола, в возрасте от 15 до 39 лет. Все спортсмены входили в состав национальных сборных команд России. Виды спорта, входящие в выборку эмпирического исследования: тяжелая атлетика – 112 человек; парусный спорт – 57 человек; легкая атлетика – 71 человек; современное пятиборье – 57 человек; плавание на открытой воде – 30 человек; велоспорт-шоссе – 64 человека; велоспорт (BMX) – 30 человек; велоспорт (МТБ) – 43 человека; велоспорт-трек – 36 человек.

**Научная новизна.** Предложена и эмпирически подтверждена системная модель факторов профессиональной успешности спортсменов. В модели одну из центральных позиций занимают смысложизненные ориентации, оказывающие прямое и опосредствующее влияние на профессиональную успешность спортсменов. В разработанной модели профессиональная успешность спортсменов рассматривается в зависимости от их прошлого, настоящего и будущего. Показано, что влияние смысложизненных ориентаций реализуется в разных типах психологического отношения спортсменов к своей профессии. Раскрыта парадоксальная роль смысложизненного значения удовлетворенности самореализацией и спортивными достижениями: наиболее успешные

профессиональные спортсмены в меньшей степени удовлетворены самореализацией и собственными спортивными достижениями, чем менее успешные профессиональные спортсмены. Показана зависимость влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность от индивидуально-типологических особенностей спортсменов. Раскрыта смысложизненная функция спортивной травмы, что обуславливает её неоднозначное влияние на профессиональную успешность спортсменов.

Методическая новизна состоит в определении статистических норм опросника «Смысложизненные ориентации» для представителей спортивной профессии, отличающихся от норм, предложенных автором опросника.

**Теоретическая значимость.** Получили развитие представления о системных моделях профессиональной успешности. Применительно к спортивной профессии успешность рассматривается как системное свойство, определяемое взаимодействием условий и факторов прошлого, настоящего и будущего.

**Практическая значимость исследования.** Установленная связь смысложизненных ориентаций с профессиональной успешностью в спортивной деятельности дает основания для разработки программы психологического сопровождения спортсменов на всех этапах спортивной карьеры, с учетом специфики каждого вида спорта. Предложенные нормативные границы оценки шкал теста «Смысложизненные ориентации» могут быть использованы в психологической диагностике спортсменов – представителей спорта высших достижений. Выявленная неоднозначная психологическая роль спортивной травмы в профессиональной успешности спортсменов, позволяет разработать комплекс методов по коррекции и профилактике негативных психологических последствий спортивного травматизма. Показанные в исследовании трудности в планировании «жизни после спорта» делают необходимым разработку социально-психологической программы адаптации спортсменов по завершению спортивной карьеры. Полученные результаты, могут быть полезны в исследовании факторов

профессиональной успешности представителей экстремальных профессий и профессий высокого социального значения.

#### **Надежность и достоверность результатов исследования.**

Достоверность и надежность результатов исследования, а также сформулированных на их основании выводов, определяются глубокой теоретико-методологической разработкой проблемы, логикой проведения исследования, его методическим обеспечением. Исследование выполнено на репрезентативной выборке с использованием современных методов статистического анализа эмпирических данных.

#### **Апробация и внедрение результатов исследования.**

Основные положения диссертационного исследования неоднократно обсуждались на заседаниях лаборатории психологии труда, эргономики, инженерной и организационной психологии, а также научных семинаров Института психологии Российской академии наук (2012 – 2017гг.). Теоретические и эмпирические результаты диссертационного исследования были представлены в виде докладов на VI Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» (19 – 20 ноября, 2015 г., г. Москва); III Всероссийской научно-практической конференции «Актуальные вопросы профилактики, ранней диагностики и лечения психосоматических расстройств у работников промышленных предприятий и населения» (6 октября 2017 г., г. Санкт-Петербург). Предложенные нормативные границы оценки шкал теста «Смысложизненные ориентации», специфичные для представителей спортивной профессии, внедрены в систему психологической диагностики спортсменов на базе Федерального государственного бюджетного учреждения «Федеральный научно-клинический центр спортивной медицины и реабилитации» Федерального медико-биологического агентства России. На основе результатов диссертационного исследования опубликовано десять статей и тезисов в рецензируемых научных журналах: четыре из которых входят в перечень ВАК.

**Положения, выносимые на защиту:**

1. Смыслоразностные ориентации занимают одну из центральных позиций в системе факторов профессиональной успешности спортсменов, оказывая на неё прямое и опосредствованное влияние. На этапе завершения спортивной карьеры сила влияния смыслоразностных ориентаций, по сравнению с другими факторами профессиональной успешности, является доминирующей.
2. Влияние смыслоразностных ориентаций спортсменов на их профессиональную успешность реализуется в трех содержательно разных типах психологического отношения к спортивной профессии: «спорт как цель и смысл жизни», «спорт как средство самосовершенствования и самоутверждения», «спорт как средство достижения материальных и социальных благ». Тип психологического отношения к спортивной профессии обуславливает определенный способ тренировочной и соревновательной деятельности.
3. Смыслоразностные ориентации профессиональных спортсменов имеют специфику, отличающую их от представителей других профессий. В ходе профессионализации у спортсменов, достигающих наиболее высоких спортивных результатов, удовлетворенность собственной самореализацией снижается вследствие непрерывного стремления к новым высшим достижениям.
4. Мотивы выбора спортивной карьеры опосредствованно, через смыслоразностные ориентации, влияют на профессиональную успешность спортсменов – представителей спорта высших достижений. В свою очередь, от уровня профессиональной успешности зависят дальнейшие профессиональные планы спортсменов, включая планируемую длительность соревновательной активности. Эта цепочка связей представляет собой сжатую форму профессионализации спортсменов.

5. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей у спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности различны. Характер рассматриваемых взаимосвязей изменяется в процессе профессионализации спортсменов. На этапе высших достижений профессиональных спортсменов наблюдаются только отрицательные взаимосвязи между показателями тревожности и интернальности локуса контроля, показателями удовлетворенности собственной самореализацией и общей осмысленности жизни.
6. Спортивная травма выступает значимым смысложизненным фактором профессиональной успешности спортсменов – представителей спорта высших достижений. От придания спортсменом ситуации травмы определенного смысла зависит его последующая профессиональная успешность.

#### **Структура и объем диссертации.**

Работа состоит из введения, трёх глав, заключения, списка литературы и приложений. Работа иллюстрирована 14 таблицами и 19 рисунками. Список литературы включает в себя 239 наименований, из которых 32 на английском языке. Основное содержание работы изложено на 160 страницах.

## **ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМА СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ В СПОРТЕ**

Рассмотрение понятия смысложизненных ориентаций рядом авторов производится путем рассмотрения сути и взаимосвязи таких психологических феноменов как: смысл жизни, ценности и ценностные ориентации.

Смысл жизни человека — это понятие, имеющее регулирующую функцию, которое помогает человеку осмысленно прожить жизнь. Именно осмысленность жизни указывает на наличие личностного смысла, источником которого может выступать ориентация на события прошлого, настоящего или будущего (Леонтьев, 2000). В психологической науке смысл жизни понимается как вершинная жизненная цель и как высшее психическое образование, обладающее своей спецификой становления и развития, а также влияющее на действия человека. Понятие смысла жизни рассматривается исследователями в тесной связи с понятиями ценностей и ценностных ориентаций. В свою очередь ценностные ориентации личности обладают регулятивной и смыслообразующей функцией.

Смысложизненные ориентации занимают вершинное место в иерархической системе ценностных ориентаций и придают жизни и деятельности человека осмысленность и направленность. Поскольку уровень развития личности и ее вклад в культурно-историческое наследие детерминируется зрелостью ее высших психических образований (осмысленности жизни, ценностей, ценностных ориентаций), то именно исследование смысложизненных ориентаций личности видится нам особенно актуальной задачей. Под вкладом в культурно-историческое наследие понимаются социально-значимые результаты человеческой деятельности, в том числе, трудовой деятельности.

Профессиональная деятельность занимает в нашей жизни важное место. В процессе профессионализации образуются новые смыслы и ценности, связанные с конкретной трудовой деятельностью и способствующие ее успешному освоению. В этой связи, нам видится необходимым рассмотрение смысложизненных

ориентаций в контексте профессиональной деятельности и их возможного влияния на профессиональную успешность.

### **1.1. Проблема смысла жизни в контексте профессиональной деятельности**

В отечественной и зарубежной психологической науке существует ряд подходов к пониманию понятия смысла. Мы остановимся лишь на тех из них, которые, на наш взгляд, содержательно связаны с темой диссертации.

В психологию понятие смысла изначально пришло в связи с попытками объяснить причины и цели поведения человека. Родоначальниками такого толкования смысла принято считать представителей психоаналитической теории – З.Фрейда (1922), А.Адлера (1980) и Г.Юнга (1984). В своих ранних работах З.Фрейд первым заговорил о смысле как научном понятии. В его теории смысл выступает определенной ширмой, скрывающей так называемую первопричину действий человека. В отличие от З. Фрейда, видевшего истоки смысла поведения человека в его прошлом, А. Адлер подчёркивал целостность личности, продуктом которой являются цели деятельности человека, как в прошлом и настоящем, так и в стремлении к будущему. Он ввел понятие «индивидуального смысла», выступающего у автора одним из ключевых понятий (Adler, 1980, p.22). А. Адлер рассматривал три вида жизненных проблем, которые вытекают из трех сфер человеческого существования и непосредственно связаны со смыслом жизни этими сферами (по мнению автора) являются: проблема труда и профессионального самоопределения личности, проблема межличностных отношений, и проблема отношений между полами и брака. Именно в этих связях и заключен смысл жизни, а верное решение этих трех жизненных проблем помогает его найти (Леонтьев, 2003, с.32). Г. Юнг также связывал смысл жизни с постановкой целей (культурных и духовных), стремление к которым является залогом психического здоровья (Jung, 1954,p.86).

В данном контексте именно постановка проблемы цели профессиональной деятельности и ее индивидуального смысложизненного значения видится особенно актуальной.

С критикой психоаналитического толкования понятия смысла жизни выступали представители направления «экзистенциального смысла человеческого бытия» (К. Ясперс, 1997; В. Франкл, 1990; В.В. Знаков, 2013; Ю.П. Тихонравов, 1998, R.May 1969 и другие). В данном направлении смысл понимается как жизненная задача.

Согласно теории стремления к смыслу В. Франкла, смысл не может быть создан, но он обязательно «...должен быть найден» (Франкл, 1990, с.37). Если же его (смысл) не удастся найти, то у человека может возникнуть «экзистенциальная фрустрация», либо полная утрата всякого смысла. Потеря смысла (в жизни, либо в какой-либо деятельности, например трудовой) «экзистенциальный вакуум», в свою очередь, являются причиной возникновения различных форм неврозов (ноогенный невроз, невроз безработицы и другие формы) (Франкл, 1990). Описанные автором феномены экзистенциальной фрустрации и экзистенциального вакуума можно в полной мере наблюдать в профессиональной сфере, которая, как правило, занимает большую часть жизни человека. Говоря о смысле труда, Франкл подчеркивает, что профессиональная деятельность является той сферой, где индивидуальность личности человека проявляется в отношении социума и тем самым «приобретает смысл и ценность», которые обуславливаются тем, какой вклад в общество вносит конкретная трудовая деятельность (там же, с.232).

Н.Л. Карпова в исследовании пациентов с нарушениями речи подчеркивает важность образования новых смыслов, которые (по мнению автора) позволяют человеку расширять свои «горизонты познания и деятельности» (2001). Автор утверждает, что «что в смысле жизни и акме воплощаются и проявляются в единстве физические, эмоциональные и духовно-нравственные силы человека и коллектива» (Карпова, 2001, с.63).

Ю.П. Тихонравов пишет о смысле человеческой жизни, а также об особенностях его обретения или утраты, как о ключевых понятиях (1998). В.В. Знаков различает три составляющих экзистенциального опыта субъекта: 1) «тезаурусный» опыт – «неявное знание» (смысл которого осознается путем отнесения ассоциативных знаний с другими знаниями, осмысленными субъектом ранее); 2) «интенциональный» опыт (важным здесь автор называет феномен «переживания», который является центральным в психологии человеческого бытия, т.к. именно в этом феномене соприкасаются внутренний и внешний мир человека); 3) «этический» опыт – феномен «долженствования», «освоения морального и должного», который не всегда осознаваем (2013, с.32). Все эти три составляющих человеческого бытия можно наблюдать в спорте высших достижений. В этой связи, одними из центральных понятий становятся понимание и самопонимание человека.

Общей основой экзистенциального подхода служит рассмотрение человека как субъекта, находящегося в процессе самопознания, самоосмысления и самореализации (которая может быть наиболее полно раскрыта и удовлетворена в трудовой деятельности). Таким образом, экзистенциальный подход в психологии наиболее достаточно полно и всесторонне, в отличие от психоаналитического, отражает проблему смысла жизни и осмысленности человеком жизни.

Отдельного внимания заслуживают работы, в которых смысл жизни рассматривается как целостная иерархическая система смыслов, имеющая динамический характер:

- представления Дж. Ройса и А. Поуэлла об иерархической модели личности, где вершину занимает личностный смысл, который определяется с позиции интерпретации жизни и является динамической структурой, он развивается в соответствии с развитием самой личности и со временем меняется от физиологических потребностей до уровня ценности; ключевым моментом

данной теории является связь смысла с мировоззрением (Royce, Powell, 1983).

- представления Ф.Феникса о смысле как о существенном аспекте социальной и личностной действительности: значима связь самой личности с ее направленностью на обретение и реализацию смысла жизни; автор также говорит о многообразии смыслов, подчеркивается взаимосвязь смыслов между собой, как частей единой смысловой иерархической системы (Phenix, 1964).
- представления об иерархической системе личностных смыслов Дж. Келли, где понятие личностных смыслов рассматривается как модель, помогающая интерпретировать события внешней действительности; развитие личности заключается в развитии и обогащении системы иерархии личностных смыслов (Kelly, 1955);
- Э. Петерфрейд, пытается выделить две группы смыслов : смыслы, идущие от информации о внешнем мире; и смыслы , идущие от информации о мире субъективных переживаний (Peterfreund, 1971).

Сквозной идеей в данном направлении, которой мы будем в дальнейшем придерживаться, является представление о существовании иерархической системы смыслов, имеющей динамический характер, вершину этой иерархии составляет личностный смысл, обретший форму ценностной ориентации смысложизненного значения.

Развитие представлений о понятии смысла в отечественной психологии принято разделять на два направления: в первом, основоположником которого считается Л.С.Выготский, смысл рассматривался как элемент для анализа такой сложной структуры как сознание (1984; 1991); во втором – центральным являлось понятие личностного смысла и деятельности (Леонтьев, 1977).

Проблема структуры сознания в поздних работах Л.С. Выготского выступала одной из центральных. Он разделяет системное и смысловое строение структуры сознания: под первым понимается сложная совокупность отношений

отдельных функций между собой, особая для каждого возрастного этапа развития; под вторым понимается характер обобщений, с помощью которых происходит осмысление человеком мира. Появление этих двух единиц сознания (системного и смыслового) Л.С. Выготский связывал с возникновением речи, а их развитие и функционирование он предлагал изучать только в контексте их взаимосвязи и взаимообусловленности (1984, С. 362). Однако он также подчеркивал, что отношения между системным («внешним») строением сознания и смысловым («внутренним») не являются обратно пропорциональными. Именно внутреннее, по мнению автора, обуславливает внешнее, т.е. изменение смыслового строения ведет к трансформации или разрушению всей прежней системы психических функций (1984, С. 363).

Анализируя структуру деятельности, А.Н. Леонтьев доказал, что смысл создаётся посредством отражения субъектом определённых отношений, существующих между ним и непосредственно объектом его деятельности (1977). Разработанная А.Н.Леонтьевым концепция личностного смысла считается отправной точкой изучения смыслов в рамках деятельностного подхода в отечественной психологии. Дальнейшее изучение проблемы смысла происходило путем дифференциации данного понятия. В данном диссертационном исследовании, мы опираемся на предложенные А.Н.Леонтьевым структурный и функциональный контексты рассмотрения смысла.

Специальное внимание уделялось вопросу «смысловой динамики». Б.С.Братусь в своих работах говорит о сложной иерархии смысловой системы, которую считает системой динамической (1981). Он выделяет четыре уровня этой системы: нулевой уровень, который составляют ситуационные смыслы; первый уровень – эгоцентрический (ключевые понятия – личная выгода, престижность и т.д.); второй уровень – группоцентричный, здесь определяющим смысловым моментом становится значимое социальное окружение; третий уровень – коллективные, социальные и нравственные смысловые ориентации (1988, с. 100—101). Данный уровень определяется интернальной смысловой ориентацией

человека на формирование различных социальных благ (продукты трудовой и других видов деятельности, общения, познания). Б.С. Братусь также ввел понятия «смысловой установки» и «смысловой сферы личности». Понятию «смысловое образование личности» он дает более узкое определение: «...это целостная динамическая система, отражающая взаимоотношения внутри пучка мотивов, реализующих то или иное смысловое отношение к миру» (Б.С. Братусь, 1981.С.48). Процесс возникновения смыслов автор считает одной из важнейших сторон жизни человека. В структуре человеческого сознания он выделяет особый (высший) уровень, который отвечает за возникновение смысловых ориентаций, а также – за определение некоего общего смысла и свое предназначение в жизни, за отношение к самому себе и другим.

Е.Е. Насиновская создает следующую классификацию смысловых образований: смыслообразующие мотивы, смысловые установки и личностно-значимые эмоциональные переживания (1988). И если первые, по мнению автора, представляют собой относительно стабильные смысловые образования, то смысловые установки и переживания являются динамическими, ситуационными смысловыми образованиями, создающиеся в конкретных условиях деятельности. Подобная классификация смысловых образований представляет собой попытку включения и соотнесения различных смысловых структур в единую теоретическую систему.

О динамической системе смыслов пишет А.Г.Асмолов, понимая ее как единицу анализа личности. Эта система зависит не только от деятельности субъекта и от занимаемой им социальной позиции, но и обладает своей динамикой, которая определяется сложными иерархическими отношениями между составляющими этой системы (1979; 1996). Достаточно важную роль А.Г.Асмолов отводит процессу развития личности как процессу осознания динамических смысловых систем. Процесс решения «задачи на смысл» (процесс осознания), как правило, начинается с вопроса «для чего я живу?», результатом решения которого служит осознание личностного смысла.

Ф.Е.Василюк смысловую динамику рассматривает в контексте понятия «переживание», которое рассматривается как особый тип деятельности, специфичность которой заключается в осмысленности, с одной стороны, а с другой – в том, что оно возникает в критических ситуациях (1984). Именно в процессе переживания происходит смыслообразование. В этой связи, особый акцент делается автором на стремление к «осмысленности жизни». В контексте деятельностного подхода переживание понимается как особая деятельность субъекта, направленная на преодоление критических ситуаций, а образование новых смыслов является продуктом этой деятельности.

Рассмотрение регулирующей функции смыслов получило достаточно широкое распространение в трудах отечественных психологов. Одной из первых о таком понятии как смысловая саморегуляция писала Б.В.Зейгарник (1989, С.35-45). Она отмечала, что смысловые образования осуществляют функцию контроля (Зейгарник, 1986, с. 108). Автор полагает, что человек может изменить для себя «психологический смысл» ситуации при условии выхода за ее пределы. Изучение данного аспекта смысловой регуляции и саморегуляции получило развитие в работах В.И.Моросановой (2001) и других авторов.

Исходя из всех описанных подходов и направлений, стало возможным говорить о смысловой реальности, которая включает в себя разные структуры. В.Э. Чудновский, пишет о смысле жизни как особом психическом образовании, которое имеет свою специфику возникновения, а также свои этапы становления и которое, в свою очередь, может оказывать достаточно существенное влияние на действия и поступки человека (2004, с. 25).

Д.А. Леонтьев в своей монографии проводит теоретический анализ имеющихся подходов и направлений к пониманию понятия смысла, дает их классификацию. Он вводит понятие динамической системы смыслов, определяемую как относительно самостоятельную и устойчивую систему смысловых иерархий, которая хоть и включает в себя ряд систем разного уровня, но, тем не менее, функционирует как единое целое (Леонтьев, 2003). Автор

говорит о трех уровнях смысловой регуляции жизни и деятельности человека: на первом уровне, по его мнению, располагаются смысловые установки и личностные смыслы какой-то конкретной деятельности; на втором уровне – мотивы, смысловые конструкты и диспозиции; на третьем (высшем) уровне находятся ценности, которые несут в себе смыслообразующую функцию. Он также ввел понятие смысловых ориентаций, которые имеют свою иерархию: на одном смысловом уровне происходит создание смысловых ориентаций, на другом их динамика, которая осуществляется путем саморефлексии и в результате чего определяется направленность развития всей смысловой сферы личности.

Таким образом, несмотря на наличие расхождений (в некоторых случаях, существенных и принципиальных) в рассмотренных нами подходах к понятию смысла, в них можно указать сквозную линию: смысл представляется как выражение отношения субъекта к явлениям объективной действительности, собственной деятельности (будь то трудовой, или творческой) и ее результатам, к поступкам других; стремление к смыслу – одна из важнейших, можно сказать вершинных, побуждающих потребностей человека. В различных концепциях и теориях выделялись разнообразные критерии, послужившие основой для создания различных смысловых классификаций. Смыслы рассматриваются как осознаваемые и неосознаваемые, как субъективные и объективные, как внутренние и внешние, как индивидуальные и социальные смыслы и др. Рассмотрение данной проблематики охватывало различные сферы функционирования человека, в рамках которых можно было говорить о таких понятиях, как «смысл поведения», «смысл действия», «смысл деятельности», «смысл жизни», «смысл существования».

В рамках деятельностного подхода также можно выделить общие теоретические положения о проблеме смысла: личностный смысл принадлежит субъекту, но одновременно с этим он соотносится с реальной действительностью и регулирует практическую деятельность человека; непосредственными источниками смыслообразования являются потребности и мотивы личности (то

есть, смысл является неотъемлемой составляющей деятельности). Именно поэтому исследование личностных смыслов возможно в контексте конкретной практической деятельности. Смысловые образования представляют собой единую систему и не существуют изолировано друг от друга. По мнению многих авторов, иерархическая система смыслов представляет собой ядро личности. Смыслы возникают и изменяются в деятельности, в которой и реализуются реальные отношения субъекта. В данном исследовании мы принимаем следующие положения: о множественности смыслов; об их иерархичности; об их динамическом характере; вершину иерархии смыслов занимает личностный смысл, имеющий смысложизненное значение и несущий в себе регулирующую функцию.

Поскольку профессиональная сфера является одной из основных сфер жизни и деятельности человека и одной из ведущих сфер его реализации и самореализации, рассмотрение проблемы смысла жизни и его регулирующей роли становится все более актуальной задачей в психологии труда.

Вопрос соотнесения профессиональных ценностей и мотивов со смыслом жизни во многом является новым направлением в отечественной и зарубежной психологии. Так, по мнению В.Э.Чудновского, рассмотрение такой связи может помочь в понимании и расширить представления о смысле жизни (Чудновский, 2006). В своих исследованиях он приходит к выводу о том, что психологический феномен смысла жизни играет важную роль в личностном самоопределении, а также в формировании и развитии смысложизненных ориентаций (Чудновский, 2001).

Н.А.Гришина на примере сотрудников госавтоинспекции показывает, что сама по себе профессия (в данном случае экстремальность профессии) может являться специфическим и неоднозначным условием для становления смысла жизни профессионала. Автор показывает, что в одних случаях, при негативном влиянии экстремальности профессии, сотрудники размышляют о смысле жизни как о чем-то абстрактном, нереальном: в других, напротив, экстремальность

профессии способствует более серьезному отношению к жизни, в это случае смысл жизни выступает как цель профессионального самосовершенствования, выраженное стремление к помощи попавшим в беду (Гришина, 2006). Такое осмысление, по мнению автора и В.Э.Чудновского позволяет более успешно совладать со стрессовыми ситуациями.

Вопросу о связи смысла жизни с профессиональной деятельностью, его «вплетении» в структуру жизнедеятельности человека, а также вопросу о смысловом отношении человека как субъекта жизни к своей профессии посвящен ряд исследований (Фонарев, 2001; Максимова, 2001; Завалишина, 2004; Чудновский 2004, 2006; Константи́нин, 2010). Вопрос психологического отношения субъекта к различным объектам окружающей действительности, в том числе и к своей профессиональной деятельности в психологической науке приобретает все большую актуальность. В.П. Поздняков определяет понятие «психологические отношения» как «...особые состояния сознания, которые предшествуют реальному поведению личности и выражают готовность к этому поведению» (Поздняков, 2013, с.169). Автор подчеркивает, что «психологическим отношениям» свойственна совокупность таких антагонистов, как стабильность и устойчивость, при одновременной гибкости и динамичности, а также выраженная избирательная направленность (Поздняков, 2013). Еще одной важной стороной психологических отношений субъекта к явлениям объективной действительности и к различным формам активности (в данном контексте трудовой) является регулятивная функция и функция самоопределения (там же).

Т.В. Максимова на примере профессии учителя выделяет три варианта таких отношений: профессия является главным смыслом жизни учителя, занимая вершину иерархии жизненных смыслов; значимость профессии педагога не достигает уровня главного смысла жизни, однако имеет достаточный вес в качестве компонента структурной иерархии смысла жизни; профессия находится на периферии в структуре иерархии смысла жизни и не занимает в ней вершинного звена (Максимова, 2001).

Как отмечал В.В. Константи́нин, что «индивидуально-психологическая специфика профессиональной деятельности и профессионального развития личности во многом детерминируется тем инструментальным смыслом, которым профессия наделяется в контексте практической реализации смысла жизни» (Константи́нин, 2010, С.149). Автор утверждает, что в рамках профессиональной деятельности можно говорить о собственных целях и задачах, смыслообразующих мотивах, которые выделяют данную деятельность наряду с другими ее видами. Автор предложил классификацию жизненных смыслов профессиональной деятельности, говоря о том, что профессиональная деятельность, вписываясь в структуру общей жизнедеятельности, может приобретать следующие смыслы:

1) профессия всецело вписывается в структуру жизнедеятельности и становится смыслом жизни, как бы превосходя по своей значимости остальные сферы деятельности, когда мотивы профессиональной деятельности личности становятся ведущими, подчиняя себе все другие, то есть совпадают со смыслом. Иными словами, когда человек в буквальном смысле «живет работой», такие смысло-жизненные мотивы детерминируют и «цементируют направленность личностного развития человека в качестве субъекта профессии и жизни»; происходит определенный «сдвиг мотива» со смысла жизни на профессиональную деятельность (там же, С.150);

2) профессия способствует реализации смысла жизни; профессиональные мотивы органично «встраиваются» в смысл жизни. При этом содержание смысла жизни также охватывает «непрофессиональные» ценности, которые выходят за рамки профессиональной сферы. В данном ключе профессиональные мотивы выступают в качестве «мотивов-стимулов» в системе смысловой регуляции жизненного пути личности, то есть профессиональная деятельность, хотя и занимает значимое место в структуре жизнедеятельности, тем не менее, с ней не отождествляется. Иными словами, профессия выступает как «средство» построения жизненного пути. Такой вариант автор называет «позитивный жизненный смысл профессиональной деятельности» (там же, С.151);

3) профессиональная деятельность отдаляет личность от смысла жизни, то есть профессия становится преградой для осуществления человеком смысла жизни, значительно усложняет реализацию его жизненного пути и во многом противоречит смыслу жизни. Такой вариант автор справедливо называет «негативным жизненным смыслом профессиональной деятельности» (там же, с.153);

4) профессия, с одной стороны, помогает, а с другой, мешает реализации различных ценностей, входящих в структуру смысла жизни. Иными словами, имеет место «конфликтный жизненный смысл профессиональной деятельности» (там же, С.153);

5) профессия воспринимается личностью как бессмысленное и бесполезное занятие. Иными словами, происходит «отчуждение человека от профессионального труда» (там же, с.153).

Вышеописанная классификация раскрывает, в том числе, и разные степени вовлеченности личности в профессиональную деятельность.

Д.Н.Завалишина (2004) связывала проблему вовлеченности в профессиональную деятельность с достижением высокого уровня профессионального мастерства. Она предложила следующую типологию способов идентификации субъекта со своей профессией:

1) «поверхностный тип» – встречается в ситуации, когда субъект практически не осведомлен о сущности, содержании и требованиях к своей профессии, главенствующими мотивами здесь являются мотивы «социального служения» и «обладания», что является препятствием для формирования высших смыслов жизни, а также для профессионального развития (там же, С.169);

2) способ, когда высокая вовлеченность в свой труд «коллапсирует свою жизнь в «точку» профессии, фактически «выпадая» из естественного многообразия отношений человека с миром», что может привести к формированию специфической однонаправленной структуры смысла жизни (там же, С.170);

3) способ вовлеченности в профессию, который характеризуется высоким мастерством специалистов («акме»), смысложизненным отношением к своей профессии, формированием у них качественно иного психического обеспечения своей трудовой деятельности. Такой вариант вовлеченности в профессию в меньшей степени обеспечивается высоким уровнем компетентности специалистов. Важную роль здесь автор отводит «открытости» миру, опыту своей профессии, готовности к самообразованию, творческому отношению к своей деятельности, стремлению к совершенствованию. В свою очередь это предполагает высокую степень направленности на самореализацию и саморазвитие себя как профессионала.

Интересно проявляется феномен смысла жизни и в профессиональном самоопределении. Н.С. Пряжников говорит о важной роли именно «процесса поиска смысла» в профессиональном самоопределении, так как найденный смысл быстро обесценивается, образуя «пустоту». Профессионал, с точки зрения автора, должен находиться в постоянном поиске смысла : «...Именно в этом случае человек превращается в подлинного субъекта самоопределения, а не просто выступает как проводник каких-то «высших» смыслов» (Пряжников, 2005, с.331). В таком случае, по мнению автора, значим уже не сам труд, а «...возможность перераспределения его результатов...», а «обесцененный труд» влечет за собой наличие различных психологических проблем, и изменение отношения к труду (Пряжников, 2005, с.332).

Таким образом, мы видим, что проблема смысла жизни является краеугольной не только в жизнедеятельности, но и в профессиональной деятельности человека. От того, насколько осмыслена профессиональная деятельность, насколько жизненные и профессиональные смыслы дополняют друг друга (а в чём-то и совпадают), зависит успешность выполнения профессиональной деятельности, удовлетворенность процессом труда, успешность саморазвития и самореализации в профессии.

## 1.2. Проблема смысложизненных ориентаций в профессиональной деятельности

Как показали результаты анализа, проведенного в предыдущем разделе, проблемы смысла жизни и смысложизненных ориентаций рассматриваются в психологии в неразрывной связи с понятиями ценностей и ценностных ориентаций как универсалиями смысла. Ведь именно ценности служат источником осмысления жизни, а ценностные ориентации являются важным социальным фактором, объясняющим мотивы поступков и деятельности человека.

В. Франкл понимал под ценностями некие "универсалии смысла", присущие всему человечеству в целом (1990). Он говорил об их социальной природе и выделял такие вечные социальные ценности, как ценности творчества, ценности переживания, ценности отношения. Эти ценности выполняют роль смысла человеческой жизни. Говоря о созидательных ценностях, автор подчеркивал, что если они находятся на одном из первых мест в структуре жизненной задачи человека, то, как правило, человек будет их реализовывать в процессе своей трудовой деятельности (Франкл, 1990, с.232). Однако, автор говорит о том, что зачастую отношение профессионала к своему труду как к области возможностей реализации созидательных ценностей может быть искажено условиями труда (там же, с.234).

Д.А.Леонтьев выделил такие формы соотношения личностных и социальных ценностей, как общественные идеалы, предметные ценности и личностные ценности, рассматривая их в тесной взаимосвязи (2003). В рамках культурно-исторической психологии, именно культура и общество, а следовательно, и социальные ценности служат основой для индивидуального развития. То есть социальные ценности выступают в качестве общественных идеалов, которые усваиваются индивидом в процессе социализации. Иными словами структура личностных ценностей и субъективная значимость каждой

конкретной лишь в некоторой степени отражают структуру социальных ценностей.

В исследованиях проблемы смысла и ценностей, авторы приходят к убеждению о необходимости изучения их взаимосвязи. Б.С.Братусь полагал, что взаимосвязь ценностей и смыслов имеет динамический характер и определяется отношением человека к жизни и его нравственной позицией (1981). Смысл же, по мнению автора, образует ценности человека.

Отличную от этой точку зрения высказал Р.Х.Шакуров. Он полагал, что именно ценность является источником образования смысла и деятельности человека (Шакуров,1998). Похожей точки зрения придерживается и Д.А.Леонтьев, по мнению которого, ценности выполняют функцию смыслообразования (2003). Говоря о ценностно-смысловой сфере личности как целостной системе, автор предлагает использовать для ее анализа понятия «смысловых структур» и «смысловых систем».

Ф.Е. Василюк пишет, что так называемым продуктом ценностной системы личности является смысл (1984). Иными словами, он, как и предыдущие авторы, рассматривает ценности в качестве источника смысла, а их взаимосвязь соотносит с регулирующей функцией.

Немалый интерес проявлялся и к иерархической системе ценностей. Так В.А. Ядовым, была разработана теория иерархической системы диспозиций. Такая иерархия имеет четыре уровня: первый уровень составляют элементарные фиксированные установки, которые создаются на основе органических потребностей; второй уровень представляют социальные диспозиции, формирующиеся на основе потребностей человека в общении в определенной социальной группе и деятельности в этой группе (социальные фиксированные установки); третий уровень представляется в виде ориентации личности на разные сферы социальной активности, выражает отношение личности к значимым социальным областям; четвертый (высший) уровень представляет собой систему ценностных ориентаций личности (Ядов, 1975).

В связи с этим, именно ориентация на ценности становится достаточно актуальной проблемой. Ценностные ориентации личности выступают важнейшим фактором мотивации поведения человека и лежат в основе его социальных поступков, они определяют ту или иную сторону или функцию, выполняемой ценностью.

В психологии понятие «ценностная ориентация» чаще всего используется при отнесении ценностей к мотивационно-потребностной сфере, то есть ценности рассматриваются с точки зрения регуляторов социального поведения, тогда как рассмотренное нами ранее понятие «личностных ценностей» в большей степени относят к смысловой сфере личности. По мнению К.А. Абульхановой, совокупность личностных ценностей является сложным психологическим образованием, в котором соединяются общая и мотивационная направленность личности, составляющие систему ценностных ориентаций. В свою очередь система ценностных ориентаций представляет собой систему когнитивных и эмоционально-волевых компонентов и принимается личностью как внутренний ориентир, который побуждает и направляет к определенной деятельности (К.А.Абульханова, 1991).

До сих пор в современной психологической науке нет общепринятого определения термину «ценностные ориентации». Не все авторы различают понятия «ценностные ориентации» и «ценности», часто их отождествляя. По мнению Д.А.Леонтьева и Н.А.Журавлевой, эти понятия не идентичны. Н.А. Журавлёва выделяет 5 основных направлений к пониманию ценностных ориентаций (2006, с.28 – 29).

В первом направлении рассмотрение ценностных ориентаций осуществляется в контексте отношения личности к жизненным ценностям (А.Борковская, 1988), а также в контексте рассмотрения этого понятия в ключе отношения личности к объектам окружающей действительности (М.В. Демин, 1974; Р.Х. Шакуров, 1995; С.С. Бубнова, 1999). По мнению Е.А.Борковской, ценностные ориентации выражаются в отношении личности к ценностям, им

присуща осознанность, устойчивость и положительная эмоциональная окрашенность (1998). Такое отношение обладает устойчивостью, положительной эмоциональной окраской, осознанностью. С.С.Бубнова пишет о многомерности и иерархичности системы ценностных ориентаций(1999,с.38 – 39).

Во втором направлении исследований ценностные ориентации рассматриваются с точки зрения стремления личности к жизненным ценностям (В.Б. Ольшанский, 1966; А.Г. Здравомыслов, 1986). Исследователи говорят о ценностных ориентациях как о важнейшем компоненте в структуре личности, котором обобщается весь жизненный опыт человека, при этом устойчивость ценностных ориентаций обуславливается социальной устойчивостью личности, ее цельностью.

В третьем направлении рассмотрение ценностных ориентаций происходит с позиции направленности личности на те, или иные ценности (Ананьев, 1968; Ядов,1975; Яблокова, 1988; Анцыферова, 1989). В.А. Ядов предполагает, что помимо общей направленности интересов ценностные ориентации выполняют еще и роль регулятора социального поведения (1970).

В четвертом направлении ценностные ориентации понимались как представления личности о жизненных ценностях. Г.Олпорт рассматривает ценностные ориентации как убежденность человека в том, что действительно важно, а что таковым не является (Allport,1961). М.Рокич говорит о ценностных ориентациях как об устойчивом убеждении в том, что некая цель или способ существования предпочтительнее, чем иной (Rockeach,1973,с.3). Д.А.Леонтьев рассматривает ценностные ориентации с позиции осознанного представления человека о личных ценностях (Леонтьев,1998).

Наконец, в пятом направлении ценностные ориентации рассматривались в контексте установки личности на определенные жизненные ценности. И.С. Кон пишет о ценностных ориентациях как об ориентациях, которые имеют направленность на какие-то социальные ценности; сами по себе ценностные ориентации представляют собой определенную систему установок, через призму

которых человек воспринимает ситуацию и избирает определенное действие (Кон, 1967, с.28). Похожей точки зрения придерживается К.Д. Давыдова, которая полагает, что ценностные ориентации есть ни что иное, как система ценностных установок личности, характеризующаяся ее избирательным отношением к ценностям (Давыдова, 1968, с. 50).

Резюмируя вышеизложенное, мы пришли к выводу о том, что ценностные ориентации связывают внутренний мир человека с окружающей действительностью, образуя сложную иерархическую систему и занимая срединное место между мотивационно-потребностной сферой и системой личностных смыслов. Ценностные ориентации личности имеют двойственный характер, поскольку с одной стороны выполняют регулятивную функцию, а с другой – выступают в виде внутреннего источника жизненных целей человека, выражая их субъективную значимость и, соответственно, обладают личностным смыслом. Таким образом, мы можем говорить, что формирование и дальнейшее развитие иерархических систем личностных смыслов и ценностных ориентаций носит взаимосвязанный характер.

Подводя итог, можно сказать, что такой компонент структуры личности как ценностные ориентации, неразрывно связан со смысловой сферой. Ценностные ориентации, в данном ключе, выступают в качестве элементов, служащих основой для самосознания личности и характеризуют содержательную сторону ее направленности. Анализ научной литературы позволяет выделить основные характеристики ценностных ориентаций: они являются субъективной психологической характеристикой, обладают определенной структурой, имеют свою иерархичность, являются целостной относительно устойчивой, и, вместе с тем, динамической системой, поскольку могут изменяться под влиянием среды, социума и жизненных обстоятельств,

Специфику ценностно-смысловой сферы личности отражают смысло-жизненные ориентации, определяя ее центральную позицию и влияя на направленность и содержание ее социальной активности, придают

осмысленность жизни и деятельности человека. В.Э. Чудновский под понятием «смысложизненные ориентации» направленность личности на поиск смысла жизни (2004). А.В. Серый выделяет четыре структурных уровня организации личностных смыслов: биологический, индивидуальный, личностный и смысложизненный (2002, 2003). При этом, он подчеркивает, что на личностном уровне смыслы выступают в качестве ценностных ориентаций, которые помогают личности интегрироваться в новые условия социальной жизни, а на смысложизненном уровне – личностные смыслы уже «выполняют функцию генерализации и операционализации смыслов нижележащих уровней и выступают в качестве смысложизненных ориентаций личности» (Серый, 2002, с. 19).

Карпова Н.Л. по результатам исследования изменения смысложизненных ориентаций людей с нарушениями речи в процессе социореабилитации и логопсихотерапии, подчеркивает динамичность смысложизненных ориентаций респондентов, что в свою очередь приводит к «изменению линии жизни», а также их регулирующую и побуждающую функцию (2001).

Шкилев С.В. в своем исследовании смысложизненных ориентаций как фактора социально-психологической адаптации студентов определяет первые как «выражение стремления личности, ее потребности, как подтверждение ее реальных достижений, реальную способность выразить себя в формах жизни» (Шкилев, 2006). Смысл жизни автор определяет не только как перспективу и устремление, но и как оценку человеком уже достигнутого и совершенного.

Потехина Н.В. исследуя смысложизненные ориентации профессиональных спасателей, определила это понятие как «наличие целей в жизни, интереса к жизни, жизненных принципов и убеждений, характер отношения к людям, к своей профессиональной деятельности, к жизни и смерти, наконец, осознание смысла своей жизни и стремление к его реализации» (Потехина, 2005) .

Анализ научной литературы показал, что при рассмотрении понятия «смысложизненные ориентации», одни авторы отождествляют его с понятием

«ценностные ориентации», другие – их различают, отводя первым «главенствующую роль». В нашем исследовании мы соглашались с О.В. Коноваловой, которая интерпретирует смысложизненные ориентации как регуляторы или механизмы направленной деятельности человека как субъекта (2015).

Каждой профессиональной группе присущ свой смысл деятельности, своя система ценностей, которые определяются, прежде всего, направленностью деятельности на объект труда. В этой связи, особый интерес представляют социоэкономические профессии, в которых трудовая деятельность обусловлена морально-этическими принципами по отношению к своему объекту. В ряде отечественных работ рассматривались смысложизненные ориентации представителей социоэкономических профессий, преимущественно педагогов, психологов и социальных работников, а также студентов гуманитарных вузов. В этих работах показана структура ценностно-смысловой сферы личности, особенности ее развития, ее динамика, деформация, влияние на профессиональную идентичность.

Так, Т.В.Максимова в своем исследовании показала, что смысложизненные ориентации взаимосвязаны с индивидуальным стилем педагогической деятельности, выделила типы смысложизненных ориентаций учителя-профессионала (2001). В исследовании К.В. Пирумовой (2004) говорится о тесной связи смысложизненных ориентаций с профессиональным развитием педагогов. Было показано, что у группы учителей с высоким уровнем профессионального развития отмечаются более высокая выраженность смысложизненных ориентаций, что, по мнению автора, свидетельствует о высокой осмысленности жизни и об отсутствии у них экзистенциального вакуума.

По мнению Феединой Л.В., «педагогическая профессия, занимает достаточно «весомую» позицию в структурной иерархии смысложизненных ориентаций; наконец, значимость педагогической профессии может быть периферическим компонентом структурной иерархии смысла жизни» (Феединой,

2012). Показано, что смысложизненные ориентации студентов педагогов-психологов связаны с типами их эмоциональной направленности, а общая осмысленность жизни связана с напряженностью переживания студентами осуществления деятельности и достигнутых результатов. Иначе говоря, так называемый «экзистенциальный вакуум» может возникать у студентов-психологов, в случае, когда их учебно-профессиональная деятельность складывается неудачно. Рассматривая особенности взаимосвязи смысложизненных ориентаций и эмоциональной направленности студентов, автор также приходит к выводу о том, что их потребности «смещаются» в сторону потребительства, что в свою очередь влечет за собой снижение качества образования и квалификации специалистов (Федина, 2012).

Котова С.С. при сравнении смысложизненных ориентаций студентов-психологов первых и старших курсов выявила, что у последних (в отличие от первокурсников и студентов непсихологических специальностей) отмечается большее представление о себе как о сильной личности, способной контролировать события своей жизни (интернальность локуса контроля), а также у них отмечается большая удовлетворенность самореализацией («результативность жизни»). Автор предполагает, что развитию интернальности локуса контроля и большей удовлетворенностью результативности жизни способствует изучение профессиональных психологических дисциплин (Котова, 2014).

К схожим результатам в своем исследовании пришли Фурдуй Т.К., Шахматова О.Н., которые рассматривали смысложизненные ориентации во взаимосвязи с различным типом ответственности в юношеском возрасте. Результаты исследования показали, что наименьшую выраженность имеют смысложизненные ориентации «локус контроля Я» и «результативности жизни» (как у юношей, так и у девушек). В этой связи, авторами была предложена программа формирования смысложизненных ориентаций в юношеском возрасте. Авторы также установили, что «локус контроля жизни» связан с эгоцентрической мотивацией респондентов, то есть убежденность в способности контролировать

свою жизнь и свободно принимать решения«определяется позицией личностно-значимой мотивации, выраженной в желании обратить на себя внимание в процессе реализации собственных дел, получить поощрение, вознаграждение» (Фурдуй, Шмахтова, 2014 ).

К похожим выводам приходят в своем исследовании С.И. Соболев и Л.Н. Тарасова, исследуя 3 возрастные группы респондентов (в выборку исследования входили студенты, работающие люди среднего возраста, пенсионеры) они установили, что выраженность интегрального показателя «осмысленности жизни» связано с той или иной ценностно-смысловой позицией. Исследователями было показано, что низкий уровень осмысленности жизни связан с так называемой эгоцентрической смысловой позицией, средний уровень – с просоциальной, высокий уровень – с экзистенциальной (Соболев, Тарасова , 2008).

Горбачева А.А. в своей диссертационной работе показала, что смысложизненные ориентации студентов технических ВУЗов в процессе их профессионального становления имеют достаточно сложную нелинейную динамику, обусловленную тендерным и учебно-организационным факторами с наличием кризиса второго и третьего года обучения. В исследовании выявлена взаимосвязь учебно-профессиональных установок и смысложизненных ориентаций (Горбачева, 2002).

Прокудин И.А. на примере обучающихся в средних профессиональных образовательных учреждениях показал, что меньшей склонностью к зависимому поведению обладают учащиеся с более высоким уровнем развития того или иного показателя смысложизненных ориентаций (Прокудин, 2013).

Особенно важным исследование феномена смысла жизни и смысложизненных ориентаций видится для представителей экстремальных профессий, поскольку именно в этих профессиях субъекты труда сталкиваются с кризисными ситуациями, которые приводят к переосмыслению и переоценке своей жизни и к отношению жизни в целом. Именно в кризисных ситуациях ломается привычный уклад жизни, что в свою очередь может привести либо к

образованию новых смыслов, либо к их утрате. Потехина Н.В. на примере спасателей-профессионалов МЧС показала, что смысложизненные ориентации взаимосвязаны с посттравматическим стрессовым расстройством (далее ПТСР). Меньше признаков ПТСР, по мнению автора, отмечается у тех спасателей, у которых наблюдается большая выраженность смысложизненных ориентаций и осмысленности жизни как интегрального показателя. Большая выраженность ПТСР отмечается у тех спасателей, которые негативно оценивают пройденный отрезок своего жизненного пути (смысложизненная ориентация «результативность жизни») (Потехина, 2005).

Ряд психологических исследований был посвящен изучению смысложизненных ориентаций профессионала в рамках акмеологического подхода. В работах Чудновского В.Э. и его коллег было показано, что смысложизненные ориентации человека не исчерпываются какой-то одной жизненной целью, а являются совокупностью «больших» и «малых» смыслов; и представляются в виде структурных иерархий смысла жизни, имеющих различные типы (2004). В кратком выводе по результатам этих исследований автор констатирует значимую связь феноменов смысла жизни и акме как важного условия становления личности и подготовки к трудовой деятельности (Чудновский, 2004).

Само по себе достижение акме в профессии неразрывно связано с профессиональной успешностью и профессиональной зрелостью субъекта труда, которые, как мы полагаем, неразрывно связаны с содержательной структурой его смысложизненных ориентаций. В этой связи, встает необходимость рассмотрения понятия успешности профессиональной деятельности.

Таким образом, исследование смысложизненных ориентаций в контексте субъектно-деятельностного подхода доказывает правомерность рассмотрения их как регуляторов деятельности субъекта, способствующих ее успешному освоению, они имеют иерархическую структуру и изменяются в процессе освоения человеком учебной или профессиональной деятельности.

Смысложизненные ориентации играют важную роль в формировании личности профессионала в процессе профессионализации, а также способствуют достижению им профессионального мастерства, что особенно актуально для спортивной профессии.

### **1.3. Спорт высших достижений как профессиональная деятельность.**

В литературе спорт определяется как специфический вид физической и интеллектуальной активности, проявляющейся непосредственно в тренировочном и соревновательном процессах, а также в выраженном и непрерывном стремлении субъекта спортивной деятельности к самосовершенствованию (Кукушкин, 1963; Штейнбах, 2006 и другие). В узком понимании спорт рассматривается как непосредственно соревновательная деятельность и подготовка к ней, в которой проявляется выраженное стремление к победе, достижению высоких результатов, мобилизация физических и психических ресурсов человека (Курамшин, 2010; Лопатин, 2015 и другие).

В тексте Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04 декабря 2007 года спорт высших достижений определяется как часть спорта, которая направлена непосредственно «на достижение спортсменами высоких спортивных результатов на официальных всероссийских спортивных соревнованиях и официальных международных спортивных соревнованиях» (ФЗ № 329, статья 2).

Основной спецификой спорта высших достижений является, то, что в нем функционирование почти всех систем человеческого организма проявляется в зоне абсолютных значений. В свою очередь, это делает возможным определить пределы человеческих возможностей, с целью их рационального развития и дальнейшего использования в профессиональной и общественной деятельности, а также для повышения общей работоспособности (Лопатин, 2015). Достижение высшего результата имеет не только личное, но и социальное

(общенациональное) значение. В этой связи можно говорить, о том, что спорт высших достижений выступает в роли социальной ценности.

Согласно Федеральному Закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04 декабря 2007 года, спортсмен определяется как «физическое лицо, занимающееся выбранным видом или видами спорта и выступающее на спортивных соревнованиях» (ФЗ № 329, статья 2). Спортивная профессия по предмету труда относится к типу «человек-человек», по характеру труда относится к исполнительским видам деятельности, является профессией творческого класса. Спецификой профессий творческого класса является непрерывное стремление профессионала к совершенству и самосовершенствованию. Отдельного внимания заслуживает тот факт, что исполнительские виды деятельности несут в себе высокую социальную нагрузку в виде морально-нравственных ориентиров. Рассмотрение спорта как особого вида профессиональной деятельности обусловлено как его собственным развитием, так и рядом социальных условий, объективно способствующих тому, чтобы спортивная деятельность перешла в разряд профессиональной деятельности.

Появление современного профессионального спорта принято относить к началу XVIII века (Англия и США), когда возникла взаимная возможность обоюдного использования способностей и таланта спортсмена в коммерческих целях (Жуков, 2011). В России профессиональный спорт зародился в середине XIX века. К концу XIX века предприниматели стали культивировать профессиональную борьбу и атлетику, несколько позже получили развитие конный, велосипедный и автомобильный спорт. К началу XX века профессиональный спорт в России все еще находился на первоначальной стадии развития и не имел соответствующего юридического оформления. В России также было меньшее количество видов спорта, вступивших на путь профессионального развития (Починкин, 2006). К концу 1930-х гг. были заложены первые основы для развития «государственного спортивного профессионализма» (Суник, 2004). В начале 1950-х годов особое приоритетное

развитие получил большой спорт, после принятого ЦКВКП (б) постановления (от 27 декабря 1948 года), которое предусматривало выделение стипендий спортсменам. Первоначально стипендии распространялись только на олимпийские виды спорта, позже и на другие виды (Фомин, 1989).

Отсутствие официального статуса профессии делало спортсменов во многом бесправными. Окончание карьеры по возрасту или в результате травмы для многих означало трагедию. По этой причине, многие известные спортсмены, начиная с конца 80-ых годов, стали выступать за признание спорта как профессии. Благодаря их стараниям в августе 1988 года было принято постановление, которое узаконило профессиональный спорт и превратило занятия им в профессию (Жуков, 2011). Таким образом, именно в этот период были заложены первые правовые основы отечественного профессионального спорта (Жуков, 2011; Переверзин, 2002, Починкин, 2006).

В начале 90-х начали создаваться различные профессиональные спортивные организации (клубы, федерации). Стали разрабатываться соответствующие юридические документы: уставы, учредительные договора, профессиональные правила проведения соревнований и другие (Жуков, 2011).

Особенностью развития профессионального спорта в современной России является сохранение ведущей роли государственного сектора, который, однако, все больше утрачивает силу своего влияния в виде экономической поддержки различных структур профессионального спорта. В соответствии со статьей 2 Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» современный спорт в более общем виде разделяется на две большие группы (Алексеев, 2012, с.83):

1) любительский спорт (массовый спорт, преимущественно рассматриваемый как средство физкультурного воспитания, а не как средство достижение высокого результата на соревновании);

2) профессиональный спорт, являющийся «спортом высших достижений (или большим спортом)» (на первом месте стоят победы и рекорды спортсменов

в соревнованиях различного (регионального, государственного и международного) значения).

Олимпийский спорт (спорт высших достижений) понимается как часть мирового профессионального спорта, развивающаяся на основе принципов олимпизма и закономерностей, присущих профессиональному спорту, включающая виды спорта олимпийской программы, а также подготовку и отбор к Олимпийским играм на чемпионатах, проводимых под эгидой международных спортивных федераций, входящих в олимпийское движение (Алексеев, 2002; Жуков, 2011; Кукушкин, 1963; Штейнбах, 2006).

Мы рассматриваем спортсменов – представителей спорта высших достижений как субъектов профессиональной деятельности, которая имеет определенную специфику. Профессиональная деятельность спортсменов регламентируется трудовым кодексом РФ, приказом №186н Министерства труда России от 07.04.2014 утверждены профессиональные стандарты «спортсмен». В этой связи абсолютно правомерно рассматривать спортсменов с позиции субъектов труда, а спортивную деятельность, как деятельность трудовую.

Помимо морально-нравственной и социальной нагрузки спорт высших достижений несет в себе еще и личностный смысл, который (на наш взгляд) заключается в непрерывном стремлении к лучшему. Частным производным этого личностного смысла можно назвать стремление к установке рекордов (как личных, так и мировых), которые (по мнению Франкла) предоставляют возможность спортсмену выразить свою неповторимую индивидуальность (Франкл, 1990, с.242).

В первую очередь, спортивная карьера требует от профессионала постоянного нахождения на пределе своих возможностей, и, в этой связи, постоянного самосовершенствования, как физических, так и психических ресурсов. Поскольку спорт высших достижений, включая олимпийский спорт, несет в себе и национальные интересы (на крупнейших международных соревнованиях и непосредственно олимпиадах, спортсмены отстаивают честь

своей страны), то представители этой профессии оказываются в центре непрерывного внимания со стороны социума. Профессия «спортсмен» является социально значимой профессией, поэтому профессиональная успешность представителей спорта высших достижений является не только требованием к профессии, но и требованием социума (Бакуняева, 2014). Так же важными профессиональными требованиями к спортсмену являются: переносимость предельных психологических и физических нагрузок, требования к состоянию здоровья. Еще одно требование к предельной мобилизации спортсменами своих ресурсов для достижения профессиональных целей, как правило, носит характер осознанного самоограничения участия спортсмена в других сферах жизни и уже на самых первых этапах спортивного пути требует четкого соподчинения жизненных и профессиональных целей (Бакуняева, 2015). По сути, такое с одной стороны необходимое, а с другой осознанное самоограничение может являться показателем профессиональной зрелости спортсменов, которая, однако, в данной профессиональной группе не совпадает со зрелостью возрастной (по данным исследований В.А. Бодрова – 30 – 40 лет (Бодров, 2007).

По мнению Стамбуловой Н.Б. (1995), спортивная профессия по своей сути представляет собой сжатую модель жизни. Для многих спортсменов-профессионалов спорт и есть жизнь, смысл которой видится в достижении высоких результатов, отстаивании чести своей страны. Зачастую, будучи долгое время интегрированными в такие особые условия труда и жизни в целом, и посему оторванными от повседневной жизни, спортсмены-профессионалы уже не мыслят свою жизнь без спорта, а завершение карьеры для многих является большей стрессом (потерей смысла).

Такая выраженная специфичность спортивной профессии диктует необходимость исследования ее содержательной структуры, особенностей и влияния таковых на субъект труда. В этой связи ряд исследователей обратился к описанию и изучению особенностей этапов спортивной карьеры и мотивации

спортивной деятельности (Стамбулова, 1995, 1997, 1998, 1999; Багадирова, 2011; Ильин, 2012; Мальгин, 2013 и другие).

Е.П.Ильин, например, выделяет 4 этапа спортивной карьеры: подготовку (выбор вида спорта); старт (начало занятий определенным видом спорта – специализация); кульминацию (достижение пика результатов) и финиш (завершение спортивной карьеры) (2012, С.33–40). По мнению автора, на начальном этапе мотивами прихода в спорт могут быть: стремление к самосовершенствованию; стремление к самовыражению и самоутверждению; социальные установки (мода на спорт, стремление сохранить спортивные семейные традиции); удовлетворение духовных потребностей (Ильин, 2012, с.33). Еще одним мотивом прихода в профессиональный спорт, по мнению автора, является материальный мотив. Однако он присущ не столько детям, сколько их родителям (в виду увеличивающейся коммерциализации спорта), которые как бы вменяют этот мотив детям, зарождавая в последних определенные ожидания относительно своего спортивного будущего. Все эти особенности могут свидетельствовать о том, что на начальном этапе у детей отмечается некоторая разрозненность интересов к занятиям спортом и выбор того или иного вида спорта может быть обусловлен случайными факторами (там же).

Интересными представляются данные исследования И.Г.Килишева, показавшего, что зачастую на начальном этапе спортивной карьеры ведущим является такой социальный мотив, как «мотив внутригрупповой симпатии» (1972). Автор утверждает, что дети посещали спортивную школу не столько из-за интереса к конкретному виду спорта или стремления к высоким достижениям, сколько из-за желания находиться в данной конкретной группе сверстников и выраженной потребности в общении.

Остается открытым вопрос об осознанном выборе вида спорта как для потенциальных спортсменов, так и для тренеров, что в свою очередь влечет за собой такие последствия, как: потеря интереса к конкретному виду спорта (как следствие-отказ от занятий спортом) у первых и невозможность найти

необходимые рычаги воздействия и убеждения, чтобы удержать интерес ребенка к конкретному виду спорта, у вторых. Однако, помимо внешних мотивов прихода в спорт, существуют еще и внутренние, которые выражаются, в том числе, и в склонности человека к занятию тем или иным видом спорта. Именно склонность к занятию тем или иным видом спорта подразумевает под собой не только внутреннее желание и стремление к конкретной спортивной деятельности, но и определенный набор индивидуально-типологических особенностей и особенностей нервной системы, а также определенную иерархию потребностей и ценностных ориентаций (Ильин, 2012).

Такое положение подтверждается исследованием Ф.Б.Березина и Р.В.Рожанец, которые показали, что игровые виды спорта выбирают люди, преимущественно обладающие высокой степенью работоспособности и коммуникативности, активные, жизнерадостные; такие виды спорта, как фигурное катание, художественная гимнастика, акробатика, выбирали люди, обладающие артистическими способностями и стремящиеся быть в центре внимания; респонденты, обладающие ригидностью и аффективностью установок, зачастую выбирали контактные виды спорта, боевые искусства (Березин, Рожанец, 1973). Однако сравнительных данных о преобладании внешней или внутренней мотивации (а также классификации этих мотивов) при выборе конкретного вида спорта по-прежнему недостаточно.

На стадии специализации у спортсмена возникает устойчивый познавательный интерес и к конкретному виду спорта (Ильин, 2012). В мотивационной сфере на передний план выходит не столько удовлетворенность процессом, сколько получение высоких результатов. На стадии спортивного мастерства значимым становится стремление к стабильности высоких достижений, а также морально-нравственный и материальный аспекты. Стадия завершения соревновательной деятельности сопровождается (как правило) снижением спортивных результатов, «эмоциональным выгоранием» спортсменов (там же). Возникает некоторое противоречие между желанием закончить

соревновательную деятельность и стойким нежеланием лишиться материальных благ, которые дает спортивная профессия (там же, С.38).

Во всем вышеизложенном мы видим проявление ценностно-смысловых ориентаций личности спортсменов, которые побуждают их на достижение максимально возможных результатов.

Исследователями из Чехии Б.Свободой, В.Гошеком и М.Ванеком была предложена обобщенная динамика развития мотивации спортивной деятельности, представленная в виде столбиковых диаграмм, расположенных на координатной плоскости (где ось X – это спортивный стаж; а ось Y – результат) (2008, С.86). Учеными было выделено четыре стадии спортивной карьеры, в контексте результативности(С.85–86):

- стадия генерализации, характеризующая начальный этап (отличается невысокой избирательностью в выборе спортивной деятельности; распыленностью интересов и т.д.; и низкой результативностью);
- стадия дифференциации – этап вхождения в спортивную профессию (отличается наличием конкретных мотивов занятия спортом, а также средней результативностью);
- стадия стабилизации (преобладают мотивы самоутверждения и соревнования, отличается очень высокой результативностью);
- стадия инволюции (отмечается снижение результативности, доминирует ориентация на процесс спортивной деятельности).

О том, что на разных этапах профессионализации происходит трансформация мотивов спортивной деятельности, говорят и результаты исследований Багадировой С.К. (2011, 2015).

Стамбуловй Н.Б. была предложена трехуровневая структурная модель описания спортивной карьеры, которая, отражает психологическую структуру спортивной деятельности и направлена на выявление психологических детерминант профессиональной успешности спортсменов, а также – на выявление различных путей развития профессионала в спорте (1995, 1997, 1999).

Н.Б.Стамбулова (1995) пишет о социокультурном уровне развития спортсмена-профессионала (который включает в себя потребности, профессионально-важные спортивные качества, индивидуальный стиль деятельности) как о самом глубоком, опосредствованно (через другие уровни) влияющем на результат; ситуационном уровне (включающим в себя режим деятельности, мотивы, различные психические состояния,) и операционном уровне, непосредственно определяющего, по мнению автора, результативность деятельности спортсмена (данный уровень включает «цели (задачи), психические процессы, конкретные двигательные действия и операции»).

Автор подчеркивает взаимосвязи конкретных психологических факторов спортивного результата как внутри каждого уровня, так и между ними. Такое рассмотрение «снизу вверх» позволяет говорить о психологических детерминантах спортивного результата в узком смысле. Если этот же вопрос рассматривать в широком смысле, то данные уровни необходимо рассматривать и «сверху вниз»: формирование новых потребностей мотивов спортсменов на основе постановки более сложных целей и задач ведет к становлению спортивной направленности личности. В свою очередь, развитие профессионально-важных качеств спортсменов и психического склада личности в целом приводит к формированию индивидуального стиля деятельности (Стамбулова, 1998). На основе этой модели, исследователь выделила 5 этапов спортивной карьеры: 1) начало спортивной специализации; 2) этап углубленной тренировки в избранном виде спорта; 3) кульминация – 1 (зона первых больших успехов); 4) кульминация – 2 (зона оптимальных возможностей); 5) этап, предшествующий уходу из спорта. Н.Б.Стамбулова также выделила и описала кризисы спортивной карьеры (1997). В нашем исследовании мы придерживаемся именно такой периодизации спортивной карьеры.

Феномену ранней профессионализации в спорте особое значение в своих работах отводила Горская Г.Б. (2008). В её исследованиях показано наличие различных неблагоприятных условий для психического развития спортсменов.

Например: «сужение Я-концепции до представления о себе только как о спортсмене» (там же, с.107); сокращение возможностей развития общих способностей в силу больших временных затрат на спортивную деятельность и другие.

Таким образом, рассматривая спортивную деятельность как профессиональную, можно выделить следующие отличительные особенности таковой от иных видов профессиональной деятельности:

- ранняя (по сравнению с иными видами трудовой деятельности) профессионализация субъектов труда;

- раннее завершение профессиональной спортивной деятельности; срок окончания спортивной карьеры приходится на возраст от 30 до 40 лет, в зависимости от вида спорта, что в иных профессиях соотносится с этапом мастерства; при этом, на момент ухода из спорта влияет не столько возраст спортсменов, сколько спортивные результаты и спортивные травмы;

- представители профессионального спорта вынуждены непрерывно находиться на пределе своих физических и психических ресурсов;

- соревновательный и организационный стресс, как долговременные регуляторы спортивной деятельности (Горская, 2012);

- в профессиональном спорте достаточно высок риск травматизма, который оказывает влияние на успешность профессиональной деятельности и на возможность оставаться в спорте;

- оторванность представителей спортивной профессии от других сфер жизни, особый режим деятельности (в данном ключе мы можем говорить о некоторой схожести спортивной профессии с военной);

- несовпадение во времени профессиональной зрелости субъектов труда со зрелостью возрастной;

- высокая степень ответственности за свою результативность, нахождение спортсменов под пристальным вниманием общества;

□ карьера спортсмена-профессионала представляет собой сжатую модель жизни (Стамбулова, 1997).

Указанные особенности диктуют наличие и специфичность иерархии ценностных и смысложизненных ориентаций спортсменов-профессионалов. Основной отличительной особенностью данного вида профессиональной деятельности является непрерывное нахождение в зоне акме, как ключевое требование к профессии. Спортивная деятельность также является одной из немногих профессиональных сфер, в которой существует система объективных качественно-количественных показателей, регламентирующая оценку профессиональной успешности спортсменов.

#### **1.4. Подходы к рассмотрению понятия профессиональной успешности в психологии спорта**

В настоящее время в психологии нет единого определения понятия «профессиональная успешность», равно как и нет общепринятого понимания критериев ее оценки. Изучению профессиональной успешности посвящены работы Б.М.Теплова (1961), О.Н.Родиной (1996), А.Е.Климова (2003), Э.Ф.Зеера (2003), А.А.Обознова (2003), В.А.Толочка (2010) и других. Авторами предложены определения данного понятия а также различные подходы к её оценке. Однако большинство подходов по изучению и осмыслению феномена профессиональной успешности не являются интегральными, и носят фрагментарный характер. Особо остро стоит вопрос выработки четких представлений о критериях диагностики профессиональной успешности для конкретных профессий. Отсутствие общепринятых для каждой профессиональной группы критериев оценки успешности трудовой деятельности существенно осложняет оценку результативности субъектов труда, а также делает затруднительным возможное прогнозирование профессионального развития.

Такая трактовка проблемы диктует необходимость рассмотрения феномена профессиональной успешности в рамках системного подхода, предложенного

Б.Ф.Ломовым (1981), которому как пишет В.А.Барабанщиков : «удалось разработать контуры оригинальной версии системного подхода к исследованию психики и поведения, в основе которого лежат представления о полисистемности бытия человека и интегральности его качеств и свойств» (2007, с.98). В изучении профессиональной успешности системный подход опирается на положения о рассмотрении психики профессионала в контексте ее структурности, иерархичности и многоуровневости, а также в контексте взаимного влияния на успешность непосредственного содержания той или иной профессиональной деятельности, средств, условий труда.

В современных исследованиях под успешностью понимается достижение поставленной цели, превышение своих прежних результатов и социальных норм (Дружилов, 2009, с.91). Однако, до сих пор, нет общепринятого определения данного понятия. Зачастую в научной литературе происходит отождествление понятий «успешность деятельности» и «эффективность деятельности». Однако, по мнению Б.М.Теплова и В.Д.Небылицына, эти понятия следует различать (1963).

В.А.Бодров говорил о «первичном», «основном», «профессиональном», «творческом» уровнях успешности (2001). По его мнению, профессиональная успешность связана со всей мотивационной сферой субъекта труда, которая включает себя такие психологические компоненты, как потребности, установки, устремления, ценности и жизненные цели, ценностные ориентации.

Е.А.Климов говоря об успешности как характеристике профессиональной деятельности человека, утверждает, что она должна опираться не только на внешнюю оценку результативности, но и на внутреннюю оценку (удовлетворенность профессиональной деятельностью) (2003). К схожим выводам приходит и В.А.Толочек, предлагая рассматривать профессиональную успешность как интегральный феномен, оценивать который следует как с «внешней», так и с «внутренней» стороны. К внешней системе оценки профессиональной успешности, он относит непосредственные показатели

результативности, которые зафиксированы в соответствующих документах (продвижение по карьерной лестнице, а также наличие зафиксированных возможных дисциплинарных взысканий), а также экспертную оценку успешности. К «внутренней оценке» он относит непосредственно собственную (субъективную) оценку работником своей эффективности (2010). В исследовании факторов профессиональной успешности учителей и сотрудников частной охраны автор подчеркивает совокупность внешних и внутренних факторов, ее определяющих, которые управляются смысловым содержанием, обретаемым «в контексте жизненного мира субъекта» (Толочек, 2001).

М.А. Дмитриев полагал, что для оценки успешности имеет значение как производительность труда, качество продукции и безошибочность действий, так и нервно-психические затраты, необходимые для достижения цели, а также степень удовлетворенности работника своим трудом (1992).

Психологические факторы успешной деятельности субъекта труда рассматриваются в ряде работ отечественных психологов: Б.М.Теплов уделял внимание исследованию музыкальных способностей, (Теплов, 1961). Предметом исследований М.А.Котика (1989), Ю.В.Бессоновой (2004), Ю.М.Зуева (2006) являлся мотивационный компонент, который рассматривался авторами как фактор профессиональной успешности в различных профессиональных сферах. А.А.Обознов показал, что для обеспечения высокой работоспособности и профессиональной успешности необходимо учитывать особенности механизма психической регуляции деятельности специалиста (Обознов,2003). В.А.Бодров (1981), Т.Н.Федоренко (2005), А.К.Максимов (2006) в основу своих исследований положили изучение личностных особенностей успешных специалистов. Несмотря на достаточное количество имеющихся теоретико-эмпирических наработок, тем не менее, лишь в немногих из них предпринята попытка осуществления системного подхода к изучению психологических факторов профессиональной успешности.

По мнению Ю.А. Карачаровой системный подход в изучении профессиональной успешности человека позволяет исходить из положения о целом ряде факторов, их возможной взаимосвязи и возможном взаимном дополнении, обеспечивающих поддержание необходимого уровня профессиональной успешности (Карачарова, 2010) .

Обобщив имеющиеся подходы к определению понятия профессиональной успешности, И.В. Арендачук приходит к выводу, что профессиональная успешность – это «критерий удовлетворенности личности профессиональной самореализацией, на основе результативности личностных и профессиональных достижений на пути к профессионализму и их признания в профессионально-значимой для субъекта среде» (Арендачук, 2008, с.9).

Профессиональная успешность играет главенствующую роль не только для спортсмена как субъекта труда, но и для социума, поскольку спортсмены наделены большой ответственностью и представляют честь страны и национальных интересов на международной арене. В данном контексте успешность профессиональной деятельности спортсмена выступает не только продуктом его деятельности, но и основным требованием к профессии, а также требованием социума.

В спорте понятие профессиональной успешности зачастую отождествляют с понятием результативности. Однако рядом исследователей (Батурин, 1999; Мельник, 2010; Толочек, 2010 и др.) утверждается, что такой подход является достаточно узким, ведь спортивный результат (как правило, успешные выступления на различных соревнованиях) не всегда является показателем качества тренированности профессионалов. Сама по себе результативность спортивной деятельности не может выступать полноценным критерием успешности, необходимо учитывать и иные психологические и психофизиологические параметры, являющиеся профессионально важными для того или иного вида спортивной деятельности. Иными словами, в оценке

профессиональной успешности спортсменов необходимо учитывать как внешние, так и внутренние составляющие деятельности.

Анализируя имеющиеся на сегодняшний день методы оценки спортивной успешности, Мельник Е.В. и Силич Е.В. приходят к выводу, что в основном оценка профессиональной успешности спортсменов производится за счет количественных показателей, а сама по себе успешность рассматривается в связи с относительно кратковременным процессом соревновательной активности (2010). Тем самым, как подчёркивают авторы, практически не принимается во внимание тот факт, что спортивная деятельность является весьма многогранным процессом активности, в ходе которого человек осознанно и целенаправленно стремится развивать у себя физические и психические качества, обусловленные спецификой вида спорта (там же). Авторами показаны различия в экспертных оценках спортивных результатов в различных видах спорта. Например, в циклических видах спорта преобладают так называемые объективные критерии оценки соревновательной деятельности (время, дистанция, дальность прыжка и т. д.); в то время, как в сложно-координационных видах преобладают экспертные оценки и выявление победителя осуществляется на основе сравнения сложности, качества и эстетичности исполнения двигательных действий спортсменами (Мельник, Силич, 2010). Авторами была предложена унифицированная система изучения успешности спортивной деятельности с помощью методики экспертной оценки с учетом внешней и внутренней оценки спортивной успешности. К внешним критериям оценки успешности авторы отнесли разрядность, стаж, занимаемые на соревнованиях места, рейтинг, спортивный статус, количество соревнований за год. Внутреннюю систему оценки успешности авторы представили в виде субъективно оцениваемых личных и психологических характеристик в виде оценочных шкал (Мельник, Силич, 2010).

О соотношении внутренней и внешней оценки успеха или неуспеха спортсмена писал Н.А. Батурич (Батурич, 1999). Он говорил об интегральной оценке собственного результата, которая зависит от того, насколько равен

достигнутый результат ожиданиям спортсмена. В этой связи, в психологии спорта успешность профессиональной деятельности рассматривается в тесной связи с такими психологическими критериями, как: способности, надежность, готовность, стратегии совладания, индивидуальный стиль деятельности и индивидуальный стиль саморегуляции, и другие (Пуни, 1959; Толочек, 1984; Моросанова, 2001; Леонов, 2012; и другие).

Таким образом, при рассмотрении понятия профессиональной успешности в спорте, данное диссертационное исследование опирается на положения о необходимости учитывать ее внешнюю и внутреннюю стороны. При этом, под внешней стороной профессиональной успешности спортсмена понимается экспертная оценка, показатели соревновательной результативности, зафиксированные в соответствующих документах; под внутренней – субъективную оценку собственной результативности самими спортсменами.

### **1.5. Факторы профессиональной успешности спортсменов**

В исследованиях ряда отечественных и зарубежных авторов представлен широкий спектр данных о влиянии психологических факторов на успешность спортивной деятельности (Родионов, 1987; Дмитриев, 1992; Баландин, 2000; Чернов, 2001; Игнатова, 2007; Горская, 2015; Бабушкин, 2016; Nanin, 2009 и другие). В этих работах раскрывается роль различных психологических характеристик, имеющих значимость для достижения спортсменами-профессионалами высокого результата. Подчеркивается значимость для спортивного результата таких психологических факторов, как например: устойчивость психической индивидуальности (Горская, 1999); психологическая маскулинность/феминность (Дамадаева, 2011); жизнестойкость и стрессоустойчивость (Кижнерова, 2012); развитая способность к саморегуляции (Черникова, 1971; Моросанова, 2001; Ожуг, 2002; Панкратов, 2012); лидерство (Сопов, 2010); индивидуальный стиль деятельности (Толочек, 1984; Панкратов,

2012); агрессия (Сафонов, 2003; Jarvis, 2006); эмоциональный интеллект (Бабушкин, 2016) и другие.

При этом, следует учитывать, что данные исследования проводились на разной выборке спортсменов и в различных видах спорта значимость для спортивного успеха той или иной психологической характеристики имеет различный вес. Например, в маскулинных видах спорта (тяжелая атлетика, контактные единоборства и другие) проявление у спортсменов психологической феминности может способствовать ситуации неуспеха и в какой-то степени недопустимо (Дамадаева, 2011). В этой связи рядом исследователей была предпринята попытка вычленения универсальных психологических факторов профессиональной успешности в спорте (Серова, 2006; Сопов, 2010; Ильин, 2012). Отдельного внимания, на наш взгляд заслуживает рассмотрение феномена психологического отношения к спортивной деятельности, выступающего как субъективный регуляторный механизм психического состояния спортсмена, способствующий предельной мобилизации (Сафонов, 2008). Именно определенное психологическое и смысловое отношение к спортивной профессии может также выступать неким универсальным (для всех видов спорта) психологическим фактором профессиональной успешности, выступающим в виде регулятора спортивной деятельности.

Большое количество исследований посвящено изучению индивидуально-типологических особенностей и особенностей свойств нервной системы представителей различных видов спорта и их роли в профессиональной успешности спортсменов (Палайма, 1966; Капустин, 1973; Румянцева, 1975; Вяткин, 1978; Никитин, 1981; Юров, 2015 и другие). По результатам этих исследований были выделены уровни профессиональной пригодности и успешности соревновательных выступлений в разных видах спорта. Соревновательная успешность рассматривается в психологии спорта на следующих уровнях: а) нейродинамическом (включает в себя изучение свойств темперамента и нервной системы, как задатков способностей); б) уровне

психических процессов (ощущения, восприятия, внимания, памяти, мышления); в) уровне направленности личности (Ильин, 2012). На основе этой системы разрабатываются критерии профессионального отбора в различные виды спорта.

Согласно результатам исследований Вяткина Б.А., тревожные и эмоционально-возбудимые гимнастки на соревнованиях выполняли упражнения хуже, чем на тренировках, в то время как менее тревожные и эмоционально-невозбудимые гимнастки показывали практически одинаковые результаты, как на тренировках, так и во время выступлений (1978). К схожим результатам в своем исследовании пришел и А.Н. Капустин (1973).

Следует отметить, что фактору тревожности, в контексте профессиональной успешности спортсменов, большое внимание уделяют как отечественные, так и зарубежные исследователи (Ханин, 1976, 1983; Robazza, 2006). Ю.Л.Ханин описывая предложенную им модель зоны оптимального функционирования, утверждает, что у каждого спортсмена есть и своя зона оптимального состояния тревоги, обеспечивающей достижение высокого результата, при этом, оптимальное состояние тревоги может приходиться как на середину, так и на «края» (верхний и нижний конец) континуума (1980; 1986; 2003; 2010). Согласно положению о том, что тревожность имеет различные уровни (соматическое возбуждение и когнитивное возбуждение) когнитивное состояние тревоги (волнение) отрицательно связано с физической активностью и, очевидно, влечет к снижению спортивного результата. В то время, как, напротив, соматическое состояние тревоги до определенного оптимального уровня повышает уровень физической активности, однако последующее соматической тревоги тоже ведет к снижению уровня физической активности. Взгляды Ю.Л. Ханина активно развиваются в работах итальянского исследователя Клаудио Робацца и его коллег, учеными особо подчеркивается факт важности осознанности спортсменами своих эмоций, ее наличие может способствовать достижению высоких достижений (Robazza, 2004, 2006, 2016; Ruiz, 2016).

В исследовании индивидуально-типологических особенностей представителей игровых видов спорта В.И. Румянцева выявила, что баскетболисты, футболисты и гандболисты, обладающие высоким нейротизмом и экстраверсией в большей степени склонны к ошибкам в игровом взаимодействии, а также к срыву деятельности и поведения (в виде аффективных реакций) (Румянцева, 1975). Ю.В. Лубкин на примере баскетболистов в своем исследовании показал, что спортсмены с типологическим комплексом решительности чаще делают результативные передачи, чем спортсмены с типологическим комплексом нерешительности (Лубкин, 1987). А.Ю. Игнатова с соавторами в своем исследовании психологических и физических показателей успешности соревновательной деятельности единоборцев выявили связь успешности с такими индивидуально-типологическими особенностями, как: средняя экстравертированность и средний уровень нейротизма, агрессивность (2007). Авторами также были выявлены значимые связи успешности соревновательной деятельности спортсменов с их лидерскими и волевыми качествами, доминантностью (Игнатова, Сухих 2007). В работах В.П. Ильина и его учеников подробно описаны преобладающие тенденции в выраженности типологических особенностей свойств нервной системы у представителей разных видов спорта (Ильин, 2012). В исследовании И.А. Юрова подчеркивается тот факт, что даже в рамках одного вида спорта значимость тех или иных нейродинамических характеристик может различаться (2015). Например, автор выявил, что нейродинамические характеристики, которые являются положительными прогностическими критериями успешности у спринтеров, совершенно не являются таковыми у стайеров (там же, С.23).

Отдельным направлением является исследование социально-психологических факторов успешности спортивной деятельности (А.Ц.Пуни 1978; Е.П.Ильин 2012; Д.С. Каськова 2011; Дж.Кретти, 1978; Р.Мартенс 1979 и другие). В этих исследованиях внимание уделялось изучению роли сплоченности, лидерства, психологической совместимости и других социально-психологических

феноменов в успешности спортивной деятельности. В исследовании Гулд на примере олимпийцев была показана значимая положительная роль социального окружения (тренера и семьи) в улучшении способности к целеполаганию и уверенности спортсмена в себе в целом, которые в свою очередь способствовали достижению высокого результата (Gould, 2002).

Проблеме ценностей физкультурно-спортивной деятельности и их связи с успешностью выступлений на соревнованиях посвящен ряд исследований (Кутепов, 1977; Лубышева, 1997; Хейнмен, 1988; Курц, 1979; Румянцева, 2001 и другие). Обобщая имеющиеся классификации спортивной деятельности, основанные на высокой социальной значимости спортивной деятельности, О.М.Румянцева выделяет следующие «общие» ценности спортивной деятельности (2001, с.63): ценности, связанные с социальной значимостью и престижем профессиональной спортивной деятельности; связанные с реализацией потребности в общении; связанные потребностями в познании; самосовершенствования и самореализации; связанные с переживанием красоты, прекрасного в спорте; связанные с положительными эмоциями; связанные со здоровьем; связанные с утилитарно-прагматическими запросами. Автор приходит к выводу о том, что в спорте заключены большие возможности для системного гуманистического воздействия на личность.

Поскольку спортивная карьера, в силу своей специфики, по своей сути представляет собой сжатую модель жизни (Стамбулова, 1999) , то изучение смысложизненных ориентаций спортсменов, их динамики на протяжении всех этапов профессионализации, видится особенно актуальной задачей (Голец, 2007, 2008; Коваленко, 2008; Румянцева, 2001). О.М. Руменцевой было показано, что ценностно-смысловые ориентации являются факторами самореализации личности, содержательно влияют на ее направленность (1997; 2001). В исследовании Голец А.В. показано, что взаимосвязь ценностей с мотивами и смыслом спортивной деятельности «влияет на весь процесс многолетней подготовки, и в частности, на победу на определенных соревнованиях»; автор

показала, что у представителей игровых видов спорта доминирующими являются ценности достижения, социальные ценности, контакты и духовное удовлетворение, однако, не раскрывается возможная динамика этого влияния на разных этапах спортивной карьеры (Голец, 2007, с.27).

Н.Д.Султанова и И.А.Латыпова рассматривая особенности смысложизненных ориентаций студентов-спортсменов приходят к выводу, что низкие значения по выраженности смысложизненных ориентаций зачастую сопряжены с ошибками выбора профессии или с воздействием различных препятствий (внешних и внутренних), оказывающих влияние на развитие личности студентов в процессе обучения, как следствие, у таких студентов отмечается неверие в собственные силы, а также субъективное воспринимаемое отсутствие жизненных перспектив (Султанова, Латыпова, 2009).

Интересными представляются данные исследования смысложизненных ориентаций спортсменов на этапе завершения спортивной карьеры (Белякова, 2016). Н.В. Белякова с соавторами показала, что у спортсменов с высокими показателями по субшкалам «цели в жизни» и «локус контроля Я» отмечается высокий уровень готовности к самореализации; низкий уровень готовности к самореализации коррелирует с высокими показателями по субшкале «процесс жизни» и низкими показателями по субшкалам «результативность жизни» и «локус контроля жизни» (2016).

Отдельный интерес проявлялся рядом авторов к исследованию локуса контроля спортсменов (Кашапов, 2013, 2015). При исследовании представителей игровых видов спорта, М.М.Кашапов и соавторы выявили, что у хоккеистов интернальность локуса контроля выше, чем у баскетболистов и футболистов. Такую особенность представителей хоккейной команды видеть в себе самих причины различных жизненных событий авторы пытаются объяснить, в том числе, и профессионализмом их тренера. Авторы также подчеркивают взаимосвязь локуса контроля в деятельности хоккеистов и их направленностью на общение, иными словами респонденты «считают свои действия важным фактором

в организации игры, что само общение неотъемлемой частью их деятельности», это предположение подтверждает и установленная авторами взаимосвязь интернальности локуса контроля и эмоционального интеллекта (Кошапов, Огородова, Токарева, 2015, с.181). Интересными также представляются данные при сравнении молодых хоккеистов и хоккеистов со стажем: так у опытных спортсменов была выявлена взаимосвязь внутреннего локуса контроля достижения успеха и избегания неудач с показателями мотивацией достижения, в то время как у их преемников такой взаимосвязи обнаружено не было. Авторы исследования объясняют данный факт следствием прохождения более взрослых спортсменов определенного профессионального фильтра (жесткого отбора), что в свою очередь диктует нацеленность на более высокие результаты, чем у хоккеистов младшего возраста. Более старшие спортсмены в большей степени могут быть уверены в своей способности контролировать результаты своих действий и с большей вероятностью будут добиваться высоких результатов (Огородова, Токарева, 2013, с.67).

Проблеме осознанного контроля движений, а также осознанности и осмысленности спортивной деятельности (тренировочной и соревновательной) в общем, посвящен ряд научных работ зарубежных спортивных психологов (Nanin, 2009 a,b; Veilock, 2012; Robazza 2016 и другие). Авторы этих исследований полагают, что правильное осознание спортсменом своих действий и эмоций, направленное на них внимание, положительно коррелируют с успешностью спортивной деятельности.

Целый ряд исследований посвящен изучению мотивации спортивной деятельности и ее связи с профессиональной успешностью (Батулин, 1999; Горская, 2013; Гогун, 2002; Гордеева, 2002; Калинин, 1975; Келишев, 1972; Находкин, 2009; Палайм, 1966; Панкратов, 2015; Пилоян, 1984 ; Пуни, 2002; Шаболтас, 1998; Шумилин, 2003; Юров, 2012; Biddle, 1993 и другие). В этих работах отражена специфика мотивационной сферы спортсменов, продемонстрирован ее динамичный характер в период профессионализации,

показана связь с мотивации достижения или избегания неудач со спортивной успешностью. Е.Н. Гогунным и соавторами была подчеркнута значимая связь мотивов с целями спортивной деятельности, автор предполагает, что профессиональная успешность наиболее высока в том случае, когда мотивы спортивной деятельности совпадают с целями (2002). Взаимосвязь мотивов спортивной деятельности и целеполагания особенно подчеркивалась при непосредственной работе спортивных психологов в процессе подготовки спортсменов (Шумилин, 2003; Бабушкин, 2009 и другие). Г.Б.Горская в своих исследованиях рассматривает особенности мотивационной структуры спортсменов, в контексте личностного смысла успехов (1999; 2008; 2013). Отдельное внимание уделялось изучению ценностей физкультурно-спортивной деятельности, были предприняты попытки по их классификации.

В отдельное направление можно выделить исследования, посвященные изучению роли организационного стресса в спорте, рассматриваемого как долговременный регулятор деятельности спортсмена, приводящий к возрастанию психической напряженности и, как следствие влияющий на его конкурентоспособности (Горская, 2012, 2015; Woodman, Hardy, 2001; Fletcher, 2009).

Еще одним психологическим фактором, оказывающим влияние, как на профессиональную успешность спортсменов, так и на их ценностно-смысловую сферу, на наш взгляд, является фактор спортивной травмы (Леонов, 2012; Валеев 2004; Сопов, 2014; Зинченко, 2011; Andersen, 1988; Greenleaf, 2001 и другие). Одной из отличительных особенностей спорта как профессии является достаточно высокий уровень травматизма. В своем исследовании В.Ф. Башкиров показал, что удельный вес травм, по сравнению с хроническими заболеваниями спортсменов, значительно выше (соотношение 61% и 39% соответственно) (Башкиров, 1987). Если мы говорим о спорте как о профессии, и понимаем, что, спортсмены, как правило, получают травмы во время выполнения своей профессиональной деятельности (на тренировках или соревнованиях), то в

данном ключе мы можем говорить о так называемом производственном травматизме (Бакуняева, 2016).

В научной литературе под спортивной травмой понимается такое состояние профессионала, при котором он вынужден пропустить, по меньшей мере, один тренировочный или соревновательный день. Количество пропущенных спортсменом дней определяет степень серьезности полученной травмы (Леонов, 2012). Более объективной является классификация спортивных травм, основанная на медицинских данных. Так Б.Беквел и П.Маккулаг под легкой степенью травмы понимают такую, в результате которой спортсмену-профессионалу оказывается медицинская помощь, однако его трудоспособность сохраняется; под средней степенью травмы авторы понимают травму, в результате которой происходят изменения в физических действиях спортсмена; тяжелой авторы называют травму, в результате которой спортсмену необходимо пройти медицинское лечение и он вынужден приостановить соревновательную и тренировочную деятельность (Blackwell , McCullagh, 1990). С такой классификацией спортивных травм согласуется интерпретация медицинских данных респондентов, входящих в выборку данного исследования.

По мнению Н.М. Валеева, вынужденное внезапное прекращение занятий спортом приводит к угасанию и разрушению выработанных многолетней систематической тренировкой условно-рефлекторных связей, в результате чего происходит снижение функциональной системы организма и, как следствие, физическая и психическая «растренировка», ведущая к снижению профессиональной успешности спортсменов (Валеев, 2004). Согласно предположениям этого автора, негативные эмоции, связанные с переживанием травмы еще больше усугубляют процессы детренированности спортсмена. В.Ф. Сопов и его ученики рассматривают спортивную травму как один из факторов демотивации спортивной деятельности (Сопов, 2014). В этой связи, все больший интерес исследователей обращен к вопросам профилактики травматизма и реабилитации спортсменов. Немалое количество научных исследований

посвящено значимости социального окружения спортсменов, и его включения в комплексный процесс реабилитации. Было показано, что низкий уровень поддержки спортсмена со стороны значимого окружения может в некоторой степени обострить его реакцию на травму (Зинченко, Тоневицкий, 2011). В этой связи, важной задачей спортивных психологов, включенных в процесс комплексной реабилитации, является работа с близким социальным окружением спортсмена (семьей и тренером), а также сохранение у профессионала высокой мотивации достижения на время его восстановления после травмы.

О факторе психологического травматизма в спорте писал В.К.Сафонов (2012). Рассматривая этот феномен спортивной профессии, автор подчеркивает тот факт, что психика является регулятором соматики организма. В контексте спортивной травмы это положение объясняется тем, что непосредственно физическая травма всегда сопровождается определенной реакцией на стрессовую ситуацию со стороны психики спортсмена. Нагрузки, которые получает спортсмен во время тренировочного и соревновательного процессов сопровождаются психологическим напряжением, в результате чего происходит снижение адаптивных возможностей психики. В свою очередь это приводит к «увеличению функциональных затрат на выполнение деятельности, снижению функциональных возможностей спортсмена, возрастанию вероятности функциональной травмы» (2012, С.72).

Несмотря на большое количество научных исследований, вопрос о роли травмы в спортивной карьере и в профессиональной успешности спортсменов остается недостаточно изученным. Однако, представляется возможным сделать вывод о том, что именно страх завершить спортивную карьеру в последствии травматизма как бы «оголяет» сверхценное отношение спортсмена к своей профессии, имеющей для него смысложизненное значение. Психологические последствия спортивного травматизма, как специфической особенности спортивной профессии, мало изучены. Зачастую представление о спортивных травмах ограничивается тем, что у профессионалов возникает страх их

повторения. Вопрос о влиянии спортивных травм на смысложизненные ориентации практически не затрагивается при его очевидной важности.

Проведенный анализ показал, что изучение роли психологических факторов в успешности спортсменов-профессионалов носит несколько фрагментарный характер. Многие авторы склоняются к выводу о том, что при оценке профессиональной успешности спортсменов и многогранности факторов на нее влияющих (специфика и содержание спортивной деятельности, особенности профессионализации спортсменов, высокий риск травматизма, психологические и социальные факторы), необходимо придерживаться принципов системного подхода. До сих пор нет общепринятого понимания «системы предикторов» профессиональной успешности спортсменов, в соответствии с которой станет возможным ее прогнозирование.

Открытым остаётся вопрос о роли смысложизненных ориентаций и их месте в целостной системе психологических факторов, обуславливающих профессиональную успешность, в частности в спорте высших достижений.

## **1.6. Выводы по главе 1**

Спорт как профессия в отечественной науке стал рассматриваться сравнительно недавно, обусловлено это, очевидно, во многом тем, что официальный статус профессии он получил в последние десятилетия. До сих пор нет общепринятой объективной системы оценки профессиональной успешности спортсмена. В отдельное направление выделились исследования, посвященные изучению возможных психологических предикторов профессиональной успешности. В этих исследованиях была показана значимость индивидуально-типологических особенностей и ценностно-смысловой сферы спортсменов для их результативности, однако, полученные результаты носили фрагментарный характер. Практически не осуществлялись попытки рассмотрения связи психологических факторов с профессиональной успешностью спортсменов в рамках системного подхода.

Мы соглашаемся с размышлениями Франкла о том, что трудовая деятельность сама по себе не предполагает незаменимость профессионала, она дает возможность стать таковым (Франкл, 1990, с.234). На наш взгляд это предположение особенно актуально для спортивной деятельности.

Поскольку спортивная деятельность для многих профессионалов имеет смысложизненное значение, именно изучение смысложизненных ориентаций спортсменов, а также их связи с профессиональной успешностью видится особенно актуальной задачей. Недостаточно изучен и вопрос связи смысложизненных ориентаций спортсменов с другими психологическими и непсихологическими факторами. В частности, вопрос о влиянии спортивных травм на смысложизненные ориентации в контексте профессиональной успешности практически не затрагивается при его очевидной важности. Нам видится необходимым изучение целой системы факторов профессиональной успешности в спорте высших достижений и определение места и роли смысложизненных ориентаций в ней. Именно такая постановка вопроса, на наш взгляд, является актуальной исследовательской проблемой.

## ГЛАВА 2. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ, ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВАНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 2.1. Методологические основания

Данное исследование опирается на принципы субъектно-деятельностного и системного подходов. Согласно первому, человек и особенности его психики формируются и проявляются в деятельности (Выготский, 1984,1991; Рубинштейн,1940, 1945, 2003; Леонтьев,1977; Абульханова-Славская, 1980, 2004, 2005; Брушлинский, 1994; Климов, 1998, 2003 и др.). В рамках изучения профессиональной успешности субъектно-деятельностный подход основывается на положениях о том, что субъект труда, обладающий необходимыми качествами (личностными и профессионально важными качествами) осуществляет целенаправленные, преобразующие воздействия по отношению к объекту труда с целью получения необходимого результата, в процессе чего происходит развитие первого. Данный подход в полной мере может быть реализован в изучении спортивной деятельности как профессиональной.

С позиций системного подхода (Ломов, 1975, 1996; Журавлев, 1983; Завалишина,1990; Барабанщиков, 2007; и другие), влияние смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов рассматривается в рамках положения о системной детерминации поведения, в которой предполагается раскрыть регулирующую роль смысложизненных ориентаций в системе психологических и непсихологических факторов профессиональной успешности спортсменов. Говоря о детерминации, мы придерживаемся выдвинутого Я.Ф.Аскиным положения о связи детерминации со временем, в которой под прошлым подразумевалось причина и условия, под настоящим – содержание и форма, под будущим – зачатки будущего, возможности, цель (1975, С.44–45).

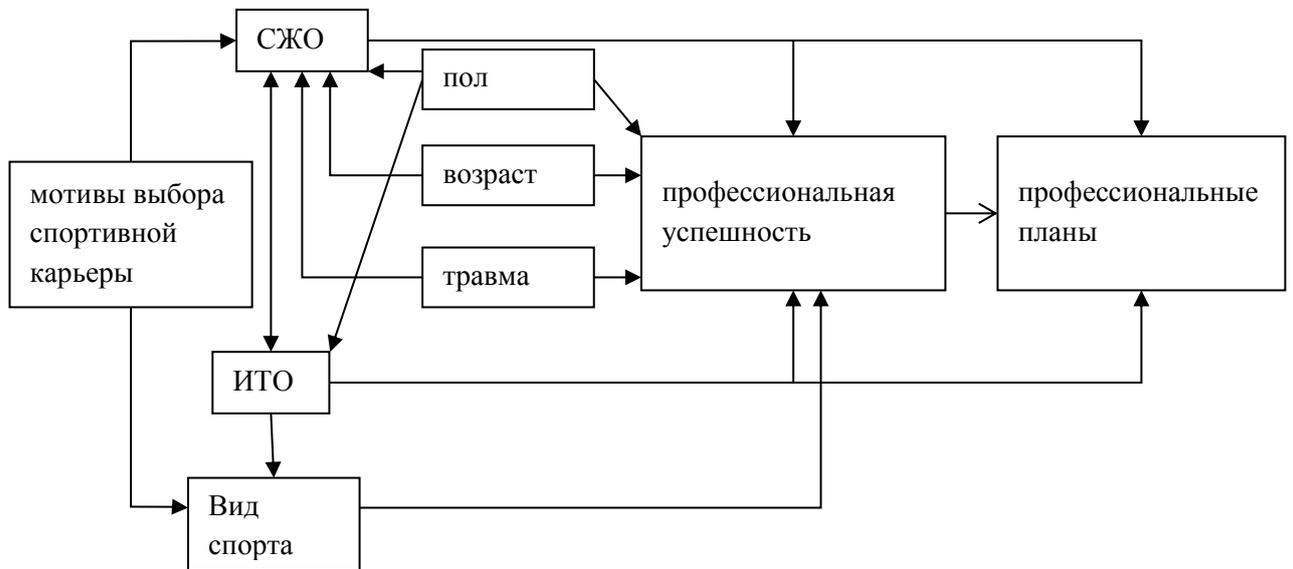
Рассмотрение смысловой сферы личности спортсмена производится с позиций теоретических представлений о смысловой сфере личности, сформулированных в работах А.Г. Асмолова (1979, 1996), Б.С. Братуся (1981), Е.Е. Насиновской (1988).

Теоретический анализ показал, что существует ряд значимых психологических и непсихологических факторов опосредствующих профессиональную успешность спортсменов. На основе выделенных в первой главе специфических особенностей спортивной профессии, видится необходимым разделение прогностических факторов профессиональной успешности в спорте высших достижений на психологические (мотивы выбора спортивной карьеры, смысложизненные ориентации, индивидуально-типологические особенности) и непсихологические (пол, возраст, вид спорта, спортивная травма). Предполагается, что модель системы факторов профессиональной успешности спортсменов представляет собой сложноорганизованную совокупность психологических и непсихологических характеристик, находящихся в определенной связи друг с другом. При этом, вероятно, среди них существуют наиболее значимые факторы профессиональной успешности спортсменов-профессионалов.

Модель представляет собой систему факторов профессиональной успешности спортсменов, опосредствованных событиями их предшествующей жизни (профессиональное прошлое) и опосредствующих их профессиональное будущее и по своей сути представляет сжатую модель жизни, при ее построении важно выделить структурный и функциональный аспекты (рисунок 1). Соответствие теоретической модели полученным нами эмпирическим данным проверяется с помощью анализа путей, основанного на структурном моделировании.

Развитие спортсмена–представителя спорта высших достижений видится в детерминации прошлым, настоящим и будущим; где прошлое выступает в виде условий, причинности (мотивы выбора спортивной карьеры), настоящее

характеризуется функциональной зависимостью (связь смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей, их влияние на профессиональную успешность), будущее выступает в виде целей, зачатков будущего (планируемая длительность соревновательной активности, профессиональные и жизненные планы).



**Рисунок 1.** Априорная модель системы факторов профессиональной успешности спортсменов.

\* Сокращения: *ИТО* – индивидуально-типологические особенности; *СЖО* – смысложизненные ориентации.

## 2.2. Теоретические основания

Данное исследование опирается на положения о множественности смыслов, их иерархичности и динамическом характере (Леонтьев, 2003). Вершину иерархии занимает личностный смысл, выступающий регулятором поведения и действий, а также имеющий смысложизненное значение. На наш взгляд успешная идентификация спортсмена со своей профессией представляет собой некий «сплав» второго и третьего типов вовлеченности и смыслового отношения к профессии (Завалишина, 2004). Иными словами, у спортсменов – представителей спорта высших достижений предполагается высокая вовлеченность в свой труд, «выпадение» из остальных отношений человека с явлениями окружающей

действительности; высокое мастерство профессионала, сопровождающееся смысложизненным отношением к своей профессии, в результате чего формируется качественно иное психическое обеспечение своей трудовой деятельности.

При разработке априорной теоретической модели исследования мы опирались на теорию стремления к смыслу В.Франкла (1967; 1990), положения Д.А. Леонтьева о том, что «источник» смысла жизни может быть найден человеком в будущем («цели в жизни»), настоящем («процесс жизни»), прошлом («результативность жизни»), либо во всех трех составляющих жизни (Леонтьев, 2003); положения Д.Н. Завалишиной о смысложизненном отношении к своей профессии (Завалишина, 2004); предложенную В.В. Константиновым классификацию «встроенности» жизненных смыслов в профессиональную деятельность (Константинов, 2010); концепцию смысложизненных ориентаций, сформулированная в работах Д.А. Леонтьева (2000) и В.Э. Чудновского (2004); положения о спортивной деятельности (Пуни, 1959; Рудик, 1973; Вяткин, 1978; Сафонов, 1989; Н.Б. Стамбулова, 1995; Горская, 1999; Ильин, 2012); теоретические представления о профессиональной успешности, разработанные в трудах В.А. Бодрова (1981, 2001), А.Е.Климова (2003), А.А. Обознова (2003, 2014), В.А. Толочка (2009, 2010).

*Смысложизненные ориентации* рассматриваются в тесной связи с такими понятиями, как «смысл жизни», «ценности» и «ценностные ориентации». В определении понятия «ценностные ориентации» данное исследование опирается на положение Журавлевой Н.А., о том, что ценностная ориентация – это «относительно устойчивая, социально обусловленная направленность личности на те или иные цели, имеющие для нее смысложизненное значение. Образуя высший уровень диспозиционной иерархии в структуре личности, ценностные ориентации являются основаниями для оценок окружающей действительности и детерминируют предрасположенность личности к той или иной социальной активности» (2006, с.34). Иерархическая система ценностных ориентаций

выступает той сферой, где социальное переходит в личностное, а личностное становится социальным. Вершину этой иерархии занимают смысложизненные ориентации.

Несмотря на имеющееся многообразие подходов к изучению этих понятий, можно выделить общие положения: и ценностный, и смысловой компоненты связаны с гармоничным развитием личности. Смысловые и ценностные ориентации несут в себе побудительную и регулирующую функции, способствуют самосовершенствованию личности, что свою очередь приводит к так называемой «социальной полезности». Эти две иерархические структуры связаны с осознанностью, осмысленностью жизни. Осознание ценностей приводит к возникновению определенных ценностных представлений, на основе которых и создаются ценностные ориентации, в свою очередь представляющих собой осознаваемую часть системы личностных смыслов.

*Смысложизненные ориентации* отражают специфику ценностно-смысловой сферы личности, влияют на направленность и содержание ее социальной активности, придают осмысленность жизни и деятельности человека, имеют для него смысложизненное значение. Они имеют динамический характер, поскольку они взаимосвязаны с личностным развитием и профессиональной зрелостью субъекта труда. В случае, если не происходит формирование, развитие, изменение смысложизненных ориентаций, а также если у человека нет стремления к их реализации, то это может привести к полной их утрате. Процесс профессиональной деятельности включает в себя формирование, развитие и реализацию личностных характеристик, определяющих структуру профессионально-важных качеств, а также влияет на динамику смысложизненных ориентаций субъекта труда. Будучи высшим психологическим образованием, смысложизненные ориентации влияют на направленность личности профессионала и, как следствие могут являться одними из психологических детерминант его профессиональной успешности. Рассмотрение смысложизненных ориентаций спортсменов-профессионалов и их возможного

влияния на профессиональную успешность осуществляется нами в контексте субъектно-деятельностного и системного подходов.

Под *профессиональной успешностью* мы понимаем совокупность непосредственно объективного критерия – «результативности» (изменчивой характеристики, которая имеет несколько уровней, самый высший из которых – пик мастерства, предполагает соответствующий уровень развития ценностно-смысловой сферы профессионала) и субъективного (удовлетворённость собственной самореализацией, субъективная оценка своей результативности). Проведенный в главе 1 анализ показал, что под профессиональной успешностью в спорте, как правило, понимается так называемая «внешняя оценка» – спортивный результат. Исходя из этого, объективными критериями соревновательной успешности служат: спортивный разряд, рейтинг (международный и российский) спортсменов, результаты выступлений на крупнейших международных и российских соревнованиях, наличие установленных рекордов, стабильность результатов. Мы соглашаемся с предположением о том, что внутренняя сторона профессиональной успешности важна (профессионально важные для того или иного вида спорта психологические и психофизиологические параметры; субъективная интегральная оценка профессионалом собственного результата), но от спортсмена-профессионала общество ждет, прежде всего, объективно успешного результата деятельности (победы на соревнованиях).

В данном исследовании нами выделялись 4 уровня профессиональной успешности.

1. Очень высокий уровень – присущ спортсменам, имеющим звание заслуженного мастера спорта (победителям и призерам олимпийских игр, имеющие стабильно высокие достижения на соревнованиях высокого статуса).
2. Высокий уровень – присущ спортсменам, обладающим званием мастера спорта международного класса (победителям и призерам чемпионатов мира

и Европы, имеющим также относительную стабильность успешных выступлений);

3. Средний уровень – присущ юниорам и взрослым спортсменам, кандидатам в мастера спорта и мастерам спорта (призёрам и победителям чемпионатов и кубков России, а также участникам кубков и чемпионатов Европы и мира, но не занимавшим призовых мест на международных соревнованиях);
4. Невысокий уровень – присущ, как правило, молодым спортсменам, которые только вступили в ряды сборных команд, выполнившим требования к разрядности «кандидат в мастера спорта». Кроме того, в эту группу вошли спортсмены, в течение нескольких лет (3 года и более) не занимавшие призовых мест на соревнованиях.

Внутренняя сторона профессиональной успешности (оценка собственной результативности, удовлетворенность собственной самореализацией) исследовалась с помощью метода интервью и теста «Смысложизненных ориентаций» Д.А.Леонтьева (2000).

*Факторы профессиональной успешности в спорте.* Понятие «фактор» понимается нами как причина какого-либо явления, влияющая на отдельные его черты или характер в целом. К *психологическим факторам профессиональной успешности* спортсменов мы в первую очередь относим смысложизненные ориентации, которые мы понимаем как динамическую систему высших психических образований, выступающих в роли регуляторов профессиональной деятельности субъекта, и изменяющихся в процессе профессионализации, а также индивидуально-типологические особенности. Предполагается, что существует значимая связь профессиональной успешности в спортивной деятельности с индивидуально-типологическими особенностями спортсменов. При этом, мы предполагаем существование значимых взаимосвязей данных психологических факторов.

В качестве еще одного психологического фактора профессиональной успешности спортсменов мы будем рассматривать *мотивы выбора спортивной*

*профессии*. Под мотивами выбора профессии мы понимаем сложное психологическое образование, побуждающее к достижению цели. При определении мотивов выбора спортивной профессии мы исходим из положения о том, что мотивация спортивной деятельности детерминируется как внутренними, так и внешними факторами, значимость которых меняется в ходе профессионализации (Ильин, 2012, с.33). Мотивы прихода в спорт, а также выбора конкретного вида спорта, оказывают влияние на формирование ценностно-смысловой сферы спортсменов и в частности на смысложизненные ориентации. Мы не исключаем возможность их опосредованного влияния на профессиональную успешность спортсменов.

Под возможными *непсихологическими факторами* профессиональной успешности спортсменов мы подразумеваем их пол, возраст, а также вид спорта.

Отдельное внимание, мы считаем, следует уделить *фактору спортивной травмы*. Спортивная травма – это медицинский, физический, фактор успешности в спорте. Однако, спортивная травма является и фактором психологическим, поскольку ситуация травмы является кризисной для спортсмена, ломающей привычные жизненные стереотипы и зачастую влекущая за собой переоценку ценностей и переосмысление жизни и себя в целом. В нашем исследовании под спортивной травмой понимается официально зарегистрированный медицинский диагноз, согласно которому спортсмен получал соответствующее лечение и был исключен из тренировочного и соревновательного процессов на период от нескольких дней до нескольких месяцев (Бакуняева, 2016). Именно «временные перспективы» в отношении полученной травмы и ожидания спортсменов относительно процесса восстановления оказывают большое воздействие на их психологическую адаптацию. В эти моменты спортсмены, оказавшись оторванными от спортивной деятельности, которая для многих является смыслом жизни, приходят к переосмыслению своей жизни, пытаются составить для себя прогнозы относительно своей дальнейшей судьбы. Нередки случаи, когда именно ситуация спортивной травмы приводит к осознанию конечности спортивной

профессии. Переживание такой кризисной ситуации как возможное расставание со спортивной (в данном случае соревновательной) деятельностью может привести к «экзистенциальной фрустрации», и, как следствие, «экзистенциальному вакууму» (Франкл, 1990). Однако автором теории стремления к смыслу подчеркивается, что конечность должна придавать человеку смысл, а не лишать его (там же, с.191).

В выборке данного эмпирического исследования количество пропущенных дней вследствие спортивной травмы варьируется от недели до нескольких месяцев. Степень тяжести травм в данной выборке определяется от травм средней тяжести, до тяжелых травм (в результате которых спортсмен проходил оперативное лечение, требующее длительного восстановительного периода).

Рассматриваемые в данной модели факторы могут оказывать как непосредственное, так и опосредованное влияние на профессиональные и жизненные планы спортсменов по завершению соревновательной спортивной карьеры. Не отрицается связь других факторов с профессиональной успешностью спортсменов, не представленных в данной системной модели. Мы понимаем необходимость влияния на профессиональную успешность спортсменов таких факторов, как: социально-психологические (команда, тренер, семья, зрители), особый режим тренировок, изолированность от других сфер жизни, частая смена обстановки (частые переезды, смена часовых поясов и климатических зон) и другие. Предложенная система факторов профессиональной успешности спортсменов – представителей спорта высших достижений видится нам достаточной для объяснения влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов в неразрывной связи с другими факторами.

### **2.3. Методические основания**

В соответствии с задачами исследования мы использовали следующие методы: метод структурированного интервью, беседа, метод анализа медицинской

документации, метод экспертных оценок (изучение квалификационных требований и рейтинга спортсменов, объективных/внешних критериев оценки их успешности), тестирование.

Для исследования смысложизненных ориентаций спортсменов применялся метод интервью, а также опросник «Смысложизненные ориентации» (далее СЖО) Д.А. Леонтьева, который является адаптацией методики «Цели в жизни» Д. Крамбо и Л. Махолика (Crumbaugh, Maholik, 1964). Эти авторы, в свою очередь, опирались на теорию стремления к смыслу В.Франкла (Франкл, 1990). Целью опросника является изучение смысложизненных ориентаций личности, составляющих основу образа «Я».

Результат осознания целей и смысла собственной жизни и представляет собой смысложизненные ориентации человека. Методика Джеймса и Крамбо позволяла количественно измерить наличие цели жизни, что, в свою очередь, могло стать предиктором «экзистенциального вакуума», субъективного ощущения утраты смысла, являющегося следствием «экзистенциальной фрустрации», т.е. неудачи в поиске человеком смысла жизни (Леонтьев, 2000). На русском языке тест адаптация данного теста первоначально была предложена К. Муздыбаевым в 1981 году, на основе которой Д.А. Леонтьевым был разработан и адаптирован «Тест осмысленности жизни» (2000). На основе результатов, полученных с помощью данного теста Д.А. Леонтьев и М.О. и О.Э. Калашников пришли к выводу о том, что «осмысленность жизни» представляет из себя однородную внутреннюю структуру (Леонтьев, 1993). Исходя из этого положения, они выделяли факторы, которые, по их мнению, являлись составляющими смысла жизни личности и уже на основании полученных при факторном анализе результатов тест осмысленности жизни был преобразован в многомерный «Тест смысложизненных ориентаций». Тест представляет собой 20 симметричных шкал-вопросов, состоящих из пары целостных альтернативных предложений с одинаковым началом (приложение 1).

Показатели включают в себя общий показатель осмысленности жизни, которую автор определяет как интегральный показатель, а также пять субшкал. Три из них автор называет непосредственно смысложизненными ориентациями, а остальные – двумя аспектами локуса контроля (Леонтьев, 2000, с.14-15):

1. «Цели в жизни». Характеризует целеполагание, наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу.

2. «Процесс жизни» или «интерес и эмоциональная насыщенность жизни». Определяет удовлетворенность своей жизнью в настоящем, восприятие процесса своей жизни как интересного, эмоционально насыщенного и наполненного смыслом. Содержание этой шкалы совпадает с представлением о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить.

3.«Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией». Измеряет удовлетворенность прожитой частью жизни, оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть.

4. «Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)». Характеризует представление о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле, контролировать события собственной жизни.

5. «Локус контроля – жизни или управляемость жизни». Отражает убежденность в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь, убежденность в том, что жизнь человека подвластна сознательному контролю.

Мы полагаем, что описанные выше субшкалы являются компонентами общей осмысленности жизни, три из них предполагают соотнесенность со временем: «цели в жизни»- с будущим; «процесс жизни»- с настоящим; «результативность жизни»- с прошлым. Данный тест позволяет оценить «источник» смысла жизни, который может быть найден человеком либо в

будущем, либо в настоящем или прошлом, либо во всех трех составляющих жизни. В общем виде данный тест позволяет определить уровень осмысленности жизни человека. Согласно интерпретации результатов теста, предложенной автором, жизнь считается осмысленной при наличии целей, удовлетворенности эмоциональной насыщенностью жизни, удовлетворенности своей самореализацией, представлении о себе как о сильной личности, способной контролировать события собственной жизни (Леонтьев, 2000).

Для исследования индивидуально-типологических особенностей применялся тест-опросник «Индивидуально-типологические особенности» (далее ИТО) была предложена Л.Н. Собчик и во многом опирается на большой опыт автора по разработке и интерпретации данных русской версии теста ММРІ – СМІЛ (Собчик, 2005). Данная методика позволяет отнести каждого человека к определенному типу, в ее основе лежит предложенная автором теория ведущих тенденций. Согласно данной теории основу личностного фактора составляет одна или несколько ведущих тенденций, которые проходят через разные уровни развития личности: от самых примитивных потребностей до уровня ценностей и социальной направленности (там же, с.28). Ведущие тенденции, в свою очередь, определяют некий «индивидуальный стиль переживания», силу и направленность мотивации, стиль межличностного общения и когнитивных процессов (там же, с.29).

Опросник включает в себя 91 утверждение, включая утверждения, относящиеся к шкалам достоверности («ложь» и «аггравация»), позволяющим судить о наличии или отсутствии давать социально значимые ответы, либо стремления респондента преувеличить имеющиеся проблемы и сложность собственного характера (Собчик, 2005, с.68; Приложение 2).

Факторные шкалы опросника:

1. Ложь (неискренность, тенденция показать себя в лучшем свете)
2. Аггравация (стремление подчеркнуть имеющиеся проблемы и сложность собственного характера)

3. Экстраверсия (обращенность в мир реально существующих объектов и ценностей, открытость, стремление к расширению круга контактов, общительность)

4. Спонтанность (непродуманность в высказываниях и поступках)

5. Агрессивность (активная самореализация, упрямство и своеволие в отстаивании своих интересов)

6. Ригидность (инертность, тугоподвижность) установок, субъективизм, повышенное стремление к отстаиванию своих взглядов и принципов, критичность в отношении иных мнений)

7. Интроверсия (обращенность в мир субъективных представлений и переживаний, тенденция к уходу в мир иллюзий, фантазий и субъективных идеальных ценностей сдержанность, замкнутость)

8. Сензитивность (впечатлительность, склонность к рефлексии, пессимистичность в оценке перспектив)

9. Тревожность (эмоциональность, восприимчивость, незащищённость)

10. Лабильность (эмотивность, выраженная изменчивость настроения, мотивационная неустойчивость, сентиментальность, стремление к эмоциональной вовлеченности).

Для изучения мотивов выбора конкретного вида спорта, профессиональных и жизненных планов, субъективной оценки спортсменов своей профессиональной успешности, отношения к спортивной профессии и к спортивной травме, использовался метод структурированного интервью и беседы (Приложение 3).

Для изучения характера спортивной травмы, продолжительности и особенностей реабилитационного периода, использовался метод анализа медицинской документации и психологической беседы.

### **Статистическая обработка данных**

Математико-статистическая обработка и анализ эмпирических данных и результатов исследования осуществлялась с помощью программы STATISTICA

(версия 6.0), Excel из стандартного пакета Microsoft Office, IBM Amos 22.0 Windows.

Для выявления влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов был проведен кластерный и регрессионный анализ. Различия в выраженности тех или иных смысложизненных ориентаций у представителей разных видов спорта выявлялись с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни. Частотный анализ данных использовался для изучения субъективной оценки спортсменами собственной результативности, мотивов выбора вида спорта, а также для изучения профессиональных и жизненных планов спортсменов. Для выявления влияния мотивов выбора вида спорта на смысложизненные ориентации использовался дисперсионный анализ данных. Множественный регрессионный анализ применялся для выявления влияния смысложизненных ориентаций на профессиональные планы спортсменов и их профессиональную успешность; для выявления влияния индивидуально-типологических особенностей на смысложизненные ориентации спортсменов. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей спортсменов выявлялись с помощью корреляционного анализа. Для выявления взаимосвязи возраста и профессиональной успешности спортсменов использовался коэффициент ранговой корреляции Спирмена. Изучение изменений смысложизненных ориентаций спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности с течением времени использовался критерий Вилкоксона. Для проверки теоретической модели исследования был использован путевой анализ.

#### **2.4. Психологическая характеристика видов спорта, входящих в выборку эмпирического исследования**

В.Ф. Соповым была предложена обобщенная модель личности спортсмена высокого класса (2010). Описывая так называемый «профиль» профессионально успешного спортсмена автор выделяет ряд характеристик, во многом

универсальных для разных видов спорта. По мнению автора, чтобы быть высоко успешным в спорте необходимо иметь набор следующих биопсихологических характеристик: быть сангвиником; обладать высокой быстротой и точностью реакций; высокой психической активностью (импульсивностью); развитым чувством соперничества (лидерство); высоким волевым самоконтролем; хорошей устойчивостью к физическому дискомфорту; эмоциональной уравновешенностью; осознавать собственную зону оптимальной тревожности; преобладание интроверсии; его потребности и мотивы должны обладать высокой общественной значимостью: чем они выше, тем выше готовность к предельной мобилизации (Сопов, 2010, С.8-11). Все это, по убеждению автора, может обеспечить устойчивость в ситуациях повышенной ответственности и высокую способность к саморегуляции.

Сама по себе принадлежность респондентов к олимпийскому спорту (спорту высших достижений) диктует определённый набор качеств, таких как: целеустремленность, настойчивость, высокий уровень ответственности, устойчивость к монотонии, физическим и психическим нагрузкам, решительность, смелость, терпеливость и упорство. Как уже было отмечено в первой главе, смысл спортивной профессии (как и любого другого вида исполнительской деятельности) во многом заключается в стремлении к совершенству. В этой связи мы придерживаемся мнения В.Франкла о том, что ориентация на достижение лучшего жизненно необходима для любого человека (в особенности для спортсмена–представителя спорта высших достижений), однако, здесь также подчеркивается и необходимость умения быть удовлетворенным «процессом приближения к цели, никогда не предполагающего ее полного достижения» (Франкл, 1990, с.189).

Сам по себе вид спорта также предопределяет определённый набор качеств у спортсмена-профессионала (Речкалова, 2014). В циклических видах спорта, очевидно, на первом месте стоит высокая выносливость как физическая, так и психическая, терпеливость и умение равномерно распределять свои силы. В

силовых видах спорта наиболее важна решительность, смелость, стеничность. В технических видах спорта важным качеством является способность быстро принимать решения, интеллектуальная лабильность, настойчивость. В этой связи предполагается, что в каждом виде спорта имеются свои «требования» к формированию определённых психологических характеристик и смысложизненных ориентаций:

1) Предполагается, что в **тяжелой атлетике**, которая представляет собой соревновательную борьбу, связанную с поднятием максимального веса в рывке и толчке и является скоростно-силовым видом спорта для достижения максимального спортивного результата значимо целеполагание. Данный вид спорта имеет скоростно-силовой характер спортивной деятельности и требует от профессионала высокой координации движений, точного восприятия пространственных и силовых параметров движения, хорошего владения темпом и ритмом движений (Бабаян, 1983, с.30). Доминирующим фактором успешного выступления на соревнованиях является быстрота проявления силы (скорость в толчке или рывке), а подъем максимального веса становится возможным при рациональном распределении усилий во время выполнения упражнения (Бабаян, 1983). Большое значение для достижения высоких результатов имеют уверенность и точность в тяге, темпово-ритмовая структура подъема штанги (Роман, 1971), умение привести в согласие наивысшую скорость и точное фиксирование. Рассмотренные особенности тяжелоатлетических упражнений требуют высокого уровня развития психологических механизмов регуляции двигательных операций. В данном исследовании мы придерживаемся предложенной А.А.Бабаяном (1983, с.37-38) классификации требований, предъявляемых тяжелоатлетической деятельностью к психике спортсмена:

– требования к мотивации представляют собой мотивацию достижения высокого результата, установлению рекордов, отстаивание чести страны на ответственных соревнованиях средствами тяжелой атлетики;

– требования к целеполаганию заключаются в необходимости проявлять высокую активность в тренировочной и соревновательной деятельности; постоянном росте спортивных результатов; адекватной оценке своих возможностей в экстремальных условиях соревнований; адекватной установке на предстоящие соревнования; формировании оптимальной уверенности в успехе, эмоциональной устойчивости в экстремальных условиях соревнований, адекватной оценки достигнутых результатов; необходимости формирования плана подготовок к соревнованиям; ведения соревновательной борьбы на пределе своих возможностей.

– требования к средствам и способам достижения цели: приложение максимальных усилий по поднятию веса; проявление высокой скоростно-темповой работы; проявление высокой координации движений.

Профессиональная успешность спортсменов оценивается в соответствии с приложением 38 приказа № 715 «Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации» от 06.09.2013г.

2) **Парусный спорт**, помимо требования к выносливости спортсменов и психологической устойчивости к возможному воздействию неблагоприятных факторов, формирует еще и требования к формированию так называемых политехнических навыков (при работе с материальной частью), а также к хорошей физической, технической, тактической и теоретической подготовке (Томилин, 2003). Поскольку парусный спорт является техническим видом спорта и в олимпийскую программу входят как одиночный, так и командный (в двойке) вид, то это требует от спортсмена высокой способности быстро принимать решения, способности к быстрому переключению и решению нескольких разных задач (анализ и управление пространственно-временными перемещениями лодки; устранение аварийных ситуаций на воде; анализ, оценка и прогнозирование гоночной ситуации; адекватная оценка конкурентов и себя; адекватная оценка погодных условий и т.д.), развития навыков коммуникации, способности к целеполаганию; высокой психологической устойчивости личности; волевой

направленности психических процессов; проявления скоростно-силовых способностей; повышение скоростных характеристик материальной части. Иными словами, в данном виде спорта необходима высокая осмысленность выполняемых действий. Профессиональная успешность спортсменов оценивается в соответствии с приложением 17 приказа № 715 «Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации» от 06.09.2013г.

3) В **легкой атлетике** (в данной выборке: бегуны на короткие и длинные дистанции, спортивная ходьба) наиболее важным психологическими факторами, обеспечивающими успешность соревновательной деятельности, очевидно являются: высокая психологическая устойчивость, высокая выносливость, устойчивость к монотонии, целеустремленность. Однако, поскольку легкая атлетика, весьма популярный вид спорта, так как не требует больших финансовых затрат для занятий этим видом спорта, то он имеет достаточно широкую распространенность, и, как следствие, высокую конкурентность. В свою очередь, чтобы быть конкурентоспособным в данном виде спорта, предполагаются определенные требования к мотивации спортсменов и их ценностно-смысловой сфере, заключающиеся в доминировании мотивации достижения, высокому стремлению к непрерывному самосовершенствованию, стремлению быть лучшим и все время находиться на пределе своих возможностей. Достижение высших результатов, помимо объективных физических показателей и грамотного ведения тренера тренировочного процесса, необходима осознанность и осмысленность деятельности, факт того, что достижение высокого результата имеет смысло-жизненное значение.

4) **Современное пятиборье** от иных видов спорта отличает полизадачностью и полифункциональностью. Спортсмены владеют сразу пятью дисциплинами: бег, плавание, конкур, фехтования, стрельба. Сюда входят и циклические, и технические, и контактные виды. В этой связи представителям данного вида спорта, очевидно, необходимо обладать универсальным набором физических, психических, психомоторных и психологических качеств, которые

также надо уместно и эффективно сочетать. Представляется, что для успешности выполнения соревновательной деятельности значимыми психологическими факторами являются: решительность, напористость, смелость, высокая скорость переключаемости внимания, выносливость, стеничность, грамотная и адекватная оценка себя и соперника, высокая мотивация достижения, высокая технико-тактическая подготовка, высокая координированность движений. Поскольку современное пятиборье включает в себя высокий (во многом даже неизбежный) риск травматизма (связанный, как правило, с частыми падениями с лошади), то этот факт требует от спортсмена смелости и в какой-то степени «отчаянности», высокой воли к победе, высокого стремления стать лучшим, вопреки возможным рискам для здоровья. Такие ценностно-мотивационные характеристики как бы «перекрывают» собой возможные страхи получить травму и нивелируют тем самым мотивацию избегания неудачи. Поэтому так важна в этом ключе не только способность к целеполаганию, но и адекватная оценка своей результативности и своих неудач, интернальный локус контроля.

5) **Плавание на открытой воде** представляет собой плавание на длительные дистанции (5, 10 и 25 км) в естественных водоемах. В первую очередь данный вид спорта требует от спортсмена устойчивости к монотонии, высокой выносливости, развитой способности к пространственному ориентированию, бесстрашию (участие в многочасовых заплывах в открытой воде, как правило на глубине, требуют определенной смелости и решительности), психологической устойчивости в том числе к внешним раздражителям (погодные условия, температура воды, наличие на дистанции морских животных: птиц, медуз и т.д.), целеустремленности, высокой способности к решению нескольких задач (ориентирование, оценка соперника и «пространственного» нахождения относительно себя; обеспечение собственной безопасности, анализ своей деятельности и деятельности соперников: скорости, техники и т.д.). Предполагается, что как и в легкой атлетике, так и в плавании на открытой воде и в других циклических видах спорта (например в велоспорте) немаловажным

психологическим, ценностно-мотивационным фактором является удовлетворенность процессом деятельности, эмоциональная насыщенность (смысложизненная ориентация «процесс жизни»), а также удовлетворенность своей самореализацией, что скорее всего будет способствовать устойчивости спортсменов к монотонии.

б) **В велоспорте**, как и в описанных выше циклических видах спорта, важна выносливость, высокая мотивация к достижению высокого результата, способность быстро принимать решения, высокая способность к целеполаганию. Однако, помимо этого, важны также и технические знания и навыки, высокая адаптивность к внешним условиям, адекватная оценка своих возможностей (физических и тактических) и возможностей конкурентов, решительность, склонность к риску.

– **шоссейный велоспорт** представляет собой многокилометровые и многочасовые велосипедные гонки на автомобильных дорогах, наиболее популярную и коммерчески развитую дисциплину велоспорта. Особую популярность имеет в европейских странах, где проходят важнейшие шоссейные велогонки: легендарные классические однодневки и, так называемые, Гранд туры. К олимпийским видам относят индивидуальную (отдельный старт) и групповую (совместный старт) гонки; спортивная подготовка членов национальной сборной по велоспорту-шоссе производится в соответствии с федеральными стандартами, установленными приказом № 681 от 30.08.2013 года; профессиональная успешность спортсменов оценивается в соответствии с приказом № 715 «Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации» от 06.09.2013г.

– **трековый велоспорт** представляет собой велогонки на велотреках или велодромах различной дистанции (спринтерские и длительные), включает в себя несколько дисциплин. Отличительной особенностью трека является уклон к горизонту (на поворотах в 42°, на прямых участках в 12.5°);

– **горный велосипед** (распространенное название «велоспорт маунтинбайк» или «велоспорт МТБ») считается экстремальным видом велоспорта, представляющий собой соревнования в условиях отсутствия дорожного покрытия. В олимпийскую программу входят гонки по трассе со спусками и подъёмами, о пересечённой местности («Кросс-кантри»); профессиональная успешность спортсменов оценивается в соответствии с приложением 4 приказа № 715 «Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации» от 06.09.2013г.

– **велоспорт ВМХ** (или велосипедный мотокросс) отличается зрелищностью и экстримом, поскольку спортсмены выполняют различные трюки на специальных велосипедах, его также можно отнести к экстремальным видам спорта с высоким риском травматизма.

Как и в современном пятиборье, в велоспорте отмечается высокий риск травматизма (в результате падения), что в свою очередь, также диктует наличие бесстрашия, высокой ориентированности на конечную цель (победу), высокую эмоциональную насыщенность жизни и высокую осмысленность жизни в целом, которая бы затмевала собой возможные страхи и мотивацию избегания, а так же интернальность локуса контроля, уверенность в собственных силах и возможностях. Предполагается, что для велоспорта первостепенна ориентация на «цели в жизни», интернальность локуса контроля и «общая осмысленность жизни».

Общим, однако, для всех рассмотренных видов спорта, представляется значимость для успешности спортивной деятельности таких смысложизненных ориентаций как «цели в жизни» (целеполагание) и «процесс жизни» (эмоциональная насыщенность жизни), а также выраженная интернальность локуса контроля и высокая осмысленность жизни в целом.

## 2.5. Характеристика выборки эмпирического исследования

В исследовании приняли участие 500 спортсменов обоего пола, в возрасте от 15 до 39 лет. Из них 282 респондента – мужчины, 218 – женщины. Из всех респондентов у 132 в анамнезе имеют место спортивные травмы. Все респонденты входили в состав национальных сборных команд РФ, их спортивная деятельность регулируется трудовым кодексом РФ.

В первой главе было отмечено, что мы придерживаемся периодизации спортивной карьеры, предложенной Н.Б. Стамбуловой (1998; 1999). В этой связи, видится необходимым представить характеристику выборки, согласовываясь со следующими этапами спортивной карьеры:

– этап углубленной тренировки в избранном виде спорта: спортсмены в возрасте от 15 до 18 лет, 162 человека;

– зона первых больших успехов: спортсмены в возрасте от 19 до 22 лет (переходный этап из юниоров в основной состав национальной сборной), 178 человек;

– зона оптимальных возможностей: спортсмены, в возрасте от 23 до 26 лет, 66 человек

– этап, предшествующий уходу из спорта: спортсмены в возрасте от 27 до 30 лет 62 человека и от 31 года и старше – 18 человек.

Такая специфичность выборки (преобладание респондентов в возрасте от 15 до 22х лет) лишний раз подчеркивает и специфику данной профессиональной группы, заключающуюся как в ранней профессионализации и в раннем завершении спортивной карьеры, так и высокой требовательности профессии к успешности спортсменов. Можно наблюдать, что после первых больших достижений наблюдается некий спад, это, скорее всего, обусловлено и высокой конкуренцией, и сложностью «удерживать» свою результативность на одном и том же высоком уровне, и высоким риском травматизма. Возможно, не сумев «удержать» свою высокую результативность, спортсмены не выдерживают

жестких условий профессионального отбора и конкуренции (ведь входить в основной состав национальной сборной, значит – все время находиться на пределе своих физических и психических ресурсов, быть лучшим), в результате чего покидают ряды сборной.

Все респонденты, входящие в выборку исследования являются представителями летних неигровых олимпийских видов спорта.

Виды спорта, входящие в выборку эмпирического исследования:

- силовые виды – тяжелая атлетика (112 человек);
- циклические виды: легкая атлетика (бег на короткие и длинные дистанции, спортивная ходьба) – 71 человек; современное пятиборье – 57 человек; плавание на открытой воде – 30 человек; шоссейный велоспорт – 64 человека; велоспорт – BMX – 30 человек; велоспорт МТБ (горный велосипед) – 43 человека; велоспорт-трек (велотрековые гонки) – 36 человек;
- технические – парусный спорт – 57 человек.

Отметим, что 54 спортсмена имеют невысокий уровень профессиональной успешности, 262 спортсмена – средний уровень профессиональной успешности, 143 респондента имеют высокий уровень профессиональной успешности, у 41-го спортсмена – очень высокий уровень профессиональной успешности. Обращает на себя внимание, что 37% от всей выборки имеют высокий и очень высокий уровни профессиональной успешности. Причем, как правило, это представители тяжелой и легкой атлетики. В меньшей степени – представители велоспорта и парусного спорта. Это может свидетельствовать как о «региональной» обусловленности и популярности того или иного вида спорта, так и о различных квалификационных требованиях и различном уровне конкуренции в представленных видах спорта.

Однако, так же следует подчеркнуть, что само участие в соревнованиях такого высокого ранга и статуса, как кубки и чемпионаты Европы и мира, Олимпийские игры, предполагает очень жесткий отбор и очень высокую конкуренцию, а также ограничения для каждой страны по количеству

спортсменов. Выступления на этих соревнованиях влечет за собой и повышение ответственности за свои достижения. В данном случае выступающий на международных соревнованиях спортсмен является представителем своей страны, а значит ее лицом. Кроме того, спортсмен, выступающий на соревнованиях международного класса, сталкивается с рядом объективных трудностей: нахождение в незнакомом месте и (в некоторых случаях) невозможность провести полноценную разминку, повышенное внимание прессы, возможных неблагоприятных погодных условий. В свою очередь, это может привести к, так называемым, субъективным трудностям: эмоциональному напряжению, неуверенности, как следствие – снижению мотивации. В этой связи, успешное выполнение квалификационных требований и высокая социальная ответственность за свои достижения помимо непрерывного совершенствования своей физической подготовки и тактических приемов, требует от спортсмена также совершенствование навыков саморегуляции и диктуют определенную иерархичность ценностно-смысловой сферы. Предполагается, что успешный спортсмен умеет оценивать и анализировать собственные успехи и неудачи, обладает высоким уровнем осмысленного отношения к своей деятельности (как соревновательной, так и тренировочной) и профессиональным задачам, которые имеют для него смысло-жизненное значение.

Далее нам видится необходимым рассмотрение вопроса и распространенности и специфике спортивных травм в различных видах спорта. Среди представителей тяжелой атлетики 36 человек из 112 имели спортивные травмы (40%), как правило, это травмы опорно-двигательного аппарата или травмы в области локтевого сустава. Среди представителей парусного спорта спортивные травмы имели 15 человек из 57 (26%; как правило, это травмы области плечевого, коленного и голеностопного суставов). 15 представителей легкой атлетики из 71 имели травмы, как правило, представляющие собой растяжение или разрыв мышц задней поверхности бедра и ягодичной мышцы, а также травму колена. Среди представителей современного пятиборья наиболее

распространены травмы, полученные спортсменами в результате падения с коня, чаще всего сотрясение мозга или перелом верхних конечностей 16 человек из 57 (28%). Самым «травмоопасным» видом спорта в этой выборке эмпирического исследования оказался велоспорт (шоссейный – 19 человек из 64; горный велосипед – 10 человек из 43; ВМХ – 8 человек из 30; трек- 12 человек из 36). Как правило, травмы были получены в результате падения (как на тренировках, так и непосредственно на соревнованиях). Чаще всего травмы представляют собой перелом верхних конечностей (чаще в области ключицы и плечевого сустава), сотрясение головного мозга, черепно-мозговые травмы. Обращает на себя внимание и тот факт, что у одних и тех же респондентов в анамнезе отмечается факт многократного получения травм.

### **ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ СМЫСЛОЖИЗНЕННЫХ ОРИЕНТАЦИЙ В СИСТЕМЕ ФАКТОРОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ СПОРТСМЕНОВ**

В соответствии с задачами исследования, сначала рассматриваются результаты изучения влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность всей выборки респондентов. Затем излагаются результаты исследования особенностей влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов на разных этапах профессионализации. Следующими представлены результаты лонгитюдного исследования динамики смысложизненных ориентаций спортсменов в контексте их профессиональной успешности. Далее рассматриваются результаты исследования влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов в зависимости от их принадлежности к тому или иному виду спорта. Далее рассматриваются связи смысложизненных ориентаций спортсменов с другими предполагаемыми факторами профессиональной успешности: мотивами выбора спортивной карьеры, жизненными и профессиональными планами, индивидуально-типологическими особенностями, спортивной травмой. В обобщении полученных результатов предлагается системная модель, демонстрирующая «встроенность» смысложизненных ориентаций в систему иных прогностических факторов профессиональной успешности спортсменов – представителей спорта высших достижений.

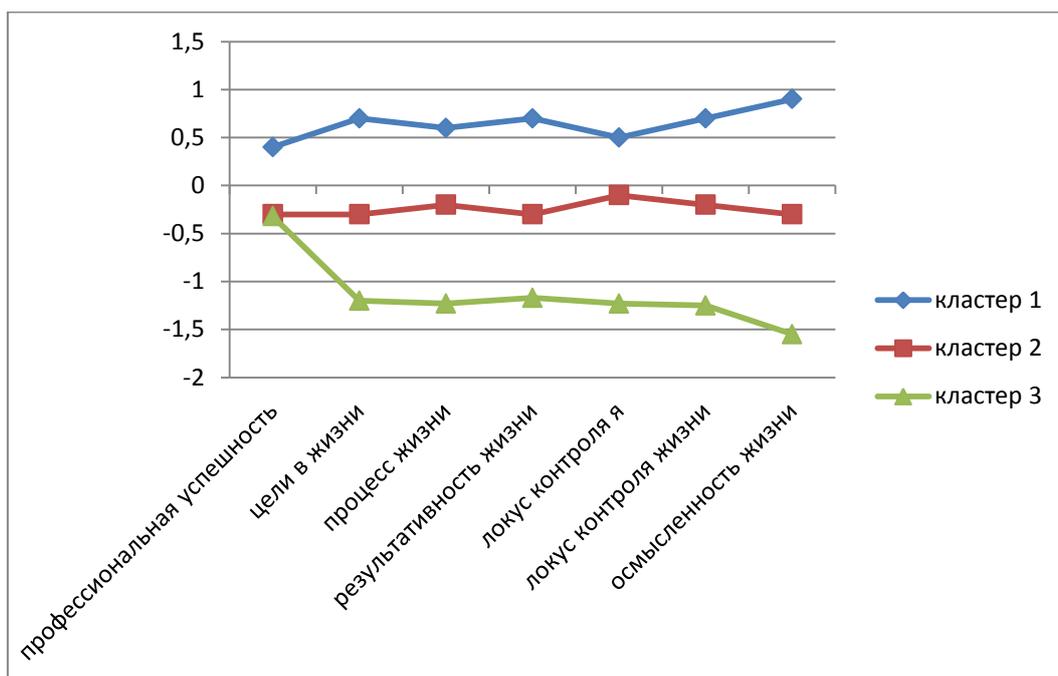
#### **3.1. Влияние смысложизненных ориентаций спортсменов на их профессиональную успешность**

Предполагается, что смысложизненные ориентации оказывают значимое влияние на профессиональную успешность спортсменов (Бакуняева, 2014, 2015).

Высшие достижения предполагают наличие у спортсменов высокой осмысленности жизни и ее компонентов.

Согласно результатам качественного анализа данных интервью, среднее арифметическое значение разницы внешней и внутренней оценки профессиональной успешности для всех спортсменов равно 0,214. У 233 спортсменов субъективная оценка своей профессиональной успешности совпадает с объективной оценкой; у 90 спортсменов субъективная оценка своей профессиональной успешности ниже, чем объективная оценка; 177 спортсменов субъективно оценивают свою профессиональную успешность выше. Обращает на себя внимание тенденция заслуженных мастеров спорта и мастеров спорта международного класса занижать свои результаты, в то время, как кандидаты в мастера спорта склонны завышать свои спортивные результаты. Эти данные несколько противоречат общепринятому положению о том, что для того, чтобы быть профессионально успешным необходимо иметь высокую степень удовлетворенности своей результативностью в трудовой деятельности, а также высокую степень удовлетворенности собственной самореализацией.

Согласно результатам кластерного анализа, выделяется 3 группы спортсменов (рисунок 2). В первый кластер вошли 204 человека; во второй – 214; в третий – 83 человека (Бакуняева, 2014). Следует отметить, что в каждый кластер вошли представители всех видов спорта обоего пола, входящих в выборку исследования. При этом, соотношение представителей разных видов спорта в кластерах достоверно не различаются (таблица 1), что даёт основание сравнивать кластеры между собой. Корректность выбранного 3-х кластерного решения, была подтверждена данными дискриминантного анализа, с помощью которого кластеры были классифицированы со средней точностью 93% (1 кластер – 92,1%, 2 кластер – 94,4%. 3 кластер – 91,8%).



*Рисунок 2. Графическое представление результатов кластерного анализа.*

У спортсменов, входящих в кластер 1, отмечается самые высокие показатели выраженности осмысленности жизни и ее компонентов и самый высокий показатель профессиональной успешности (рисунок 2). Спортсмены, входящие в кластер 2, отличаются средними показателями выраженности компонентов осмысленности жизни и профессиональной успешности. В кластер 3 вошли спортсмены, имеющие невысокую выраженность компонентов осмысленности жизни и среднюю профессиональную успешность.

Согласно результатам статистического анализа данных, с использованием критерия Манна-Уитни, все кластеры достоверно различаются по всем показателям СЖО ( $p < 0,001$ ). По показателям уровня профессиональной успешности достоверно различаются 1-ый и 2-ой кластеры и 1ый и 3 й кластеры ( $p < 0,001$ ).

**Таблица 1.***Распределение респондентов внутри кластеров.*

виды спорта, %	кластеры, %		
	1	2	3
тяжелая атлетика	27%	18%	25%
парусный спорт	11%	10%	14%
легкая атлетика	14%	15%	11%
современное пятиборье	8%	16%	7%
плавание на открытой воде	5%	8%	5%
велоспорт-шоссе	12%	12%	19%
велоспорт-МТБ	6%	5%	2%
велоспорт-ВМХ	9%	9%	7%
велоспорт-трек	8%	7%	10%
уровень успешности, %	кластеры, %		
	1	2	3
очень высокий	17%	2%	3%
высокий	41%	22%	15%
средний	39%	62%	60%
ниже среднего	3%	14%	22%
пол, %	кластеры, %		
	1	2	3
муж	60%	55%	51%
жен	40%	45%	49%
возраст, %	кластеры, %		
	1	2	3
15-18	22%	35%	51%
19-22	30%	42%	32%
23-25	16%	12%	8%
26-29	21%	8%	5%
30-33	8%	2%	4%
34-36	1%	0%	0%
37-40	2%	1%	0%

Данные кластерного анализа, представленные в рисунке 2, по своей сути отражают 3 разных профиля осмысленности жизни спортсменов, олицетворяющих на наш взгляд 3 содержательно разных типа психологического отношения к своей профессии, отражающих наличие или отсутствие смысложизненного отношения к своей профессии. Говоря о психологическом отношении, мы согласуемся с современной интерпретацией этого понятия,

которое предложил В.П. Поздняков (2013). Смысложизненное отношение к профессии мы рассматриваем как производное от этого понятия, то есть как вид психологического отношения. Понятие смысложизненного отношения к спортивной профессии мы используем как объяснительное, опираясь на результаты структурированного интервью и психологической беседы со спортсменами.

Кластер 1 представляет собой так называемый «идеальный профиль» высоко успешного спортсмена-профессионала. Как следует из таблицы 1, именно в этот кластер преимущественно входят спортсмены с высоким и очень высоким уровнем профессиональной успешности. При этом, именно в этот кластер попадают спортсмены в возрасте от 26 лет и старше (32%) и (соответственно) с большим профессиональным стажем в рядах национальной сборной от 7 до 15 лет (таблица 2).

**Таблица 2.**

*Распределение респондентов с высоким и очень высоким уровнем профессиональной успешности (МСМК и ЗМС) внутри кластеров в соответствии возрастом*

кластеры	15-18	19-22	23-25	26-29	30-39
1	1%	16%	9%	25%	7%
2	1%	8%	9%	5%	1%
3	1%	12%	1%	1%	3%

В кластере 1 полученный профиль характеризуется высоким мастерством спортсменов и их смысложизненным отношением к своей профессии, в результате чего формируется высокая осмысленность жизни, осмысленность своей профессии. Для представителей этого кластера спорт и есть жизнь, спортивная профессия имеет смысложизненное значение. На первый план выступает ориентация на морально-нравственный аспект спортивной профессии,

в котором многие и видят смысл. Спортсмены стремятся к достижению высоких результатов не столько ради самих результатов и материального поощрения за них, сколько ради того, чтобы отстоять честь страны (города, региона), а также служить примером для других. Для представителей кластера 1 важно не просто быть лучшим и получить всемирное признание, а важно для чего это признание нужно (побудительная сторона спортивной профессии). Преимущественно представители этого кластера высказывали желание передать свой опыт следующему поколению спортсменов, основанный на личном примере. Справедливости ради, следует отметить, что не все спортсмены, имеющие такой профиль показателей СЖО и высокий уровень профессиональной успешности, подчеркивают для себя нравственную и мотивационную сторону спортивной профессии. Однако, мы предполагаем, такой профиль осмысленности жизни, побуждает к трансформации личностных смыслов в сторону духовных и морально-нравственных составляющих спортивной профессии. Молодые спортсмены, попавшие в этот кластер, во многом имеют средний уровень профессиональной успешности, однако, можно предполагать, что такой уровень осмысленности жизни может служить позитивным прогностическим критерием их профессиональной успешности. Парадоксальным является тот факт, что представители этого кластера в меньшей степени склонны положительно оценивать свои объективно очень высокие спортивные достижения, в меньшей степени удовлетворены собственной самореализацией. Однако именно такое отношение к собственным результатам во многом помогает им стремиться к достижению новых, ещё более высоких спортивных достижений.

Кластер 2 имеет профиль, в котором все компоненты осмысленности жизни значимо ниже, чем в кластере 1. У 107 спортсменов объективная и субъективная оценка их профессиональной успешности совпадают, 24 спортсмена склонны давать более низкую оценку своим спортивным результатам, 83 спортсмена склонны давать более высокую субъективную оценку своей результативности. Данный профиль характеризует такой тип психологического отношения к

спортивной профессии, как высокая вовлеченность в свой труд при «выпадении» из остальных сфер жизни. Спорт выступает как средство самосовершенствования и самореализации, самоутверждения. Такой тип психологического смысложизненного отношения к своей профессии, однако, не приводит спортсмена к стабильности спортивных результатов. Зачастую, спортсмену достаточно однажды достигнутого высокого результата и общественного признания, о котором он в течение длительного времени не может забыть, что мешает достижению новых, более высоких результатов. Основная ошибка таких спортсменов, как утверждал В. Франкл – это «почить на лаврах», ведь «никогда не следует довольствоваться достигнутым» (Франкл, 1990, с.244). Иными словами, в данном контексте у спортсмена существенно ослабевает константное стремление к самосовершенствованию, что принято считать не только требованием, но и смыслом спортивной профессии.

Кластер 3 представлен преимущественно молодыми спортсменами в возрасте от 15 до 18 лет (51%), только начинающими свой профессиональный путь в рядах национальной сборной. Согласно данным интервью, спорт, как правило, является средством самоутверждения через достижение материальных благ, престижности спортивной профессии, популярности и уважения среди значимого социального окружения, средством коммуникации. В юном возрасте спортсмены в меньшей степени задумываются о социальной ответственности и о нравственной стороне своей профессии. В целом, мало кто из молодых спортсменов осознает, что спорт является их профессией (несмотря на то, что у всех есть записи в трудовой книжке, все они заключали трудовые договора и у них есть трудовой стаж). Если у спортсменов нет осознания того, что их деятельность является профессиональной, то соответственно нет и осознания высокой личной и социальной ответственности за результаты этой деятельности. Возможно, во многом поэтому среди юных спортсменов довольно часто встречается такая закономерность: в случае неудачного выступления в своем провале они склонны винить внешние обстоятельства и других людей (тренера,

соперников, родственников), в то время как в ситуации успеха они убеждены, что это исключительно их заслуга (роль тренера обесценивается).

Более взрослые спортсмены, оказавшиеся в 3м кластере, относятся к своей профессии, в первую очередь, как к средству достижения материальных благ. У них нет выраженной мотивации достижения, основной мотив – удержаться в рядах национальной сборной, благодаря чему они смогут находиться на полном социальном обеспечении и при финансовой поддержке со стороны государства. Высокие достижения не являются для них целью, ею скорее является стабильность результатов (что не обязательно предполагает непосредственно высшие достижения), позволяющих оставаться в сборной. Поэтому такие спортсмены, как правило, не тренируются и не выступают на пределе своих возможностей, а также склонны винить в своих неудачах внешние обстоятельства, чтобы оправдать собственную незаинтересованность в высоких достижениях. Представители этого кластера практически не склонны давать субъективно невысокую оценку своим спортивным достижениям и удовлетворенности собственной самореализацией в спорте. Половина спортсменов этого кластера (40 спортсменов из 83) склонна давать более высокую субъективную оценку своим спортивным достижениям и собственной самореализации.

При большей выраженности показателей смысложизненных ориентаций наблюдаются высокий и очень высокий уровни профессиональной успешности представителей спорта высших достижений. В то время, как у спортсменов со средней и низкой выраженностью показателей смысложизненных ориентаций отмечается одинаковый, а именно средний уровень профессиональной успешности. Исходя из этого, мы предположили, что смысложизненные ориентации являются лишь одним из психологических факторов, влияющих на успешность.

Для подтверждения этого предположения был проведен множественный регрессионный анализ. С помощью прямого пошагового анализа было выявлено,

что смысложизненные ориентации оказывают влияние на профессиональную успешность ( $p < 0,001$ ), причем значимыми для профессиональной успешности являются «цели в жизни» ( $p < 0,001$ ) и «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ). То есть, при наличии у спортсмена конкретных целей на будущее, придающих осмысленность, направленность жизни, а также при большей убежденности в способности контролировать свою жизнь и свободно принимать решения, высока вероятность его профессиональной успешности. Однако анализ коэффициента детерминации показал, что данная модель может детерминировать только 9% изменчивости успешности спортсменов (таблица 3).

**Таблица 3.**

*Таблица значимых результатов регрессионного анализа.*

Независимые переменные	Multiple R <sup>2</sup>	$\beta$	p-level
«Осмысленность жизни»	0,09	-0,17	$p < 0,01$
«Цели в жизни»		0,24	$p < 0,001$
«Локус контроля Жизни»		0,18	$p < 0,1$
«Процесс жизни»		0,13	$p < 0,01$

Таким образом, существует подгруппа спортсменов, для которых смысложизненные ориентации могут оказывать значимое влияние. В этой связи выборка была разделена по возрасту. В ходе анализа было выявлено, что только применительно к самой возрастной группе (от 31 года и старше) смысложизненные ориентации не только оказывают значимое влияние ( $p < 0,001$ ), но и детерминируют успешность на 77% (Бакуняева, 2015). Такой показатель как «результативность жизни» оказывает значимое отрицательное влияние на профессиональную успешность более взрослых спортсменов ( $p < 0,001$ ). Следует подчеркнуть, что спортсмены этого возраста преимущественно входят в кластер 1 (рисунок 2). По остальным возрастным периодам была выявлена невысокая

детерминация смысложизненными ориентациями профессиональной успешности спортсменов (Таблица 4).

**Таблица 4.**

*Значимые влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов разного возраста.*

Возраст, лет	Значимые переменные	Multiple R <sup>2</sup>	Beta	p-level
19-22 года	«Цели в жизни»	0,11	0,34	<0,001
	«Результативность жизни»		-0,23	<0,01
	«Локус контроля Я»		0,16	<0,05
23-26 лет	«Локус контроля жизни»	0,10	0,28	<0,01
	«Цели в жизни»		0,15	>0,1
31 год и старше	«Результативность жизни»	0,77	1,38	<0,001
	«Осмысленность жизни»		-1,17	<0,001

Полученные результаты могут объясняться тем, что спортсмены от 31-го года и старше находятся на кризисном этапе перехода к завершению спортивной карьеры. Поэтому именно оценка спортсменами своей результативности, пройденного отрезка жизни, является значимым психологическим критерием профессиональной успешности. Иными словами, субъективная оценка своих достижений оказывает прямое влияние на конечный «продукт» профессиональной деятельности – результативность. Однако, высокая удовлетворенность спортсмена своей результативностью и собственной самореализацией может препятствовать достижению высокого результата.

Данные результаты подкрепляются результатами корреляционного анализа смысложизненных ориентаций и профессиональной успешности в группах, разделенных по возрасту. Было выявлено, что у спортсменов, находящихся в возрасте 19-22 года, при большей выраженности таких показателей СЖО, как «цели в жизни», «локус контроля Я» ( $p < 0,05$ ) и «общая осмысленность жизни»

( $p < 0,01$ ), отмечается более высокая профессиональная успешность. Для спортсменов, находящихся на этапе перехода от стадии углубленных тренировок в избранном виде спорта к стадии первых больших достижений (от юниоров к взрослым; Стамбулова 1997), значимыми для успешности оказываются наличие целей на будущее, придающих жизни направленность и временную перспективу, уверенность в способности контролировать свою жизнь. У спортсменов, находящихся на этапе высших достижений (зоны оптимальных возможностей) в возрастном периоде 23-26 лет, отмечается схожая картина: более высокие значения по субшкалам «цели в жизни» и «локус контроля жизни» способствуют большей профессиональной успешности ( $p < 0,01$ ). Вероятно, на данных этапах спортивные цели становятся главными жизненными целями, что определяет необходимость их согласования и перестройки образа жизни в целом.

На стадии кризиса и перехода к финишу спортивной карьеры на профессиональную успешность оказывает влияние «результативность жизни» ( $p < 0,05$ ). Проведенное нами сравнение внутри кластеров также подтверждает эти результаты (Приложения 4, 5, 6, 7). В кластере 1, в который вошли спортсмены, отличающиеся большей выраженностью смысложизненных ориентаций и высоким и очень высоким уровнем профессиональной успешности, также отмечается различие между спортсменами находящимися на этапе высших достижений (23-26 лет) и спортсменами, находящимися на этапе кризиса завершения спортивной карьеры (27-30 лет). У последних выраженность интегрального показателя «общей осмысленности жизни» выше, а «результативности жизни» – ниже, чем у первых. Иными словами, высокая удовлетворенность собственной самореализацией может препятствовать достижению высокого результата. Следует также отметить, что в данном кластере больше всего представителей, находящихся именно на этих этапах спортивной карьеры (Таблица 1).

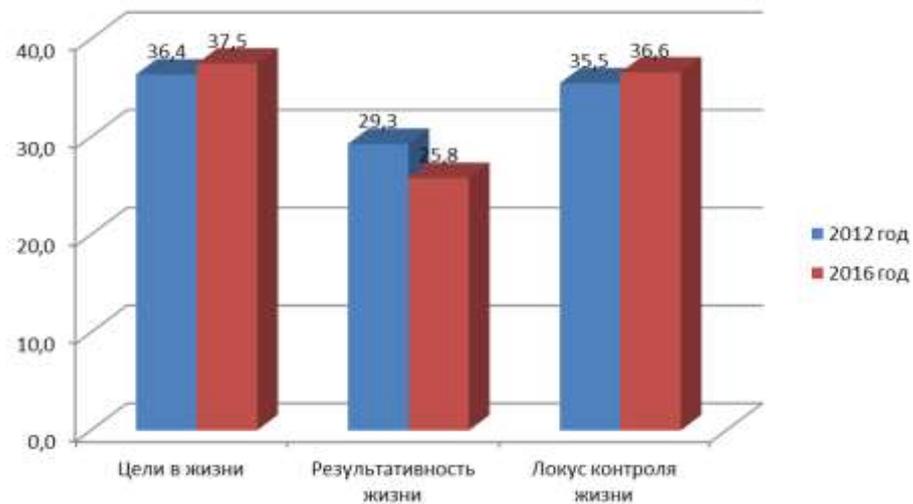
Вышеизложенные результаты дают нам основание полагать, что помимо объективных факторов: особого режима тренировок, питания и отдыха, на

профессиональную успешность представителей спорта высших достижений влияют и особенности ценностно-смысловой сферы личности спортсмена (Бакуянвеев, 2014). Осмысленность своей жизни, своей деятельности, позволяет спортсменам верно оценивать свои возможности, придает уверенности в себе на предстартовом и соревновательном этапах. По сути, такого рода осмысленность может свидетельствовать о профессиональной зрелости спортсмена, которая также оказывает положительное влияние на спортивные результаты.

В процессе профессионализации меняется иерархичность компонентов осмысленности жизни, значимых для профессиональной успешности спортсменов. Если на этапах специализации и мастерства для профессиональной успешности спортсменов наиболее значимы «цели в жизни», то на этапе завершения спортивной карьеры неоднозначную роль психологической детерминанты профессиональной успешности играет «результативность жизни» (Бакуняева, 2015).

Данное предположение подтверждается результатами лонгитюдного исследования. Лонгитюдное исследование проводилось с участием 101 спортсмена. Следует отметить, что первый замер проводился накануне Олимпийских игр 2012 года, которые проходили в Лондоне, последующие замеры производились через полгода, год и 2 года, контрольный замер производился спустя 4 года (олимпийский цикл), накануне Олимпийских игр в Рио-де-Жанейро. Обращает на себя внимание тот факт, что значимых статистических различий в изменении показателей СЖО спортсменов спустя полгода, года и даже 2 года выявлено не было. Значимые статистические различия показателей смысло-жизненных ориентаций спортсменов наблюдаются только спустя 4 года, то есть –спустя олимпийский цикл (приложения 8, 9, 10). Возможно, это объясняется спецификой многолетней подготовки к главному событию в жизни любого спортсмена и жесткими условиями отбора к нему. Именно эти 4 года для многих из этой выборки могли стать переломными не только в карьере, но и в жизни.

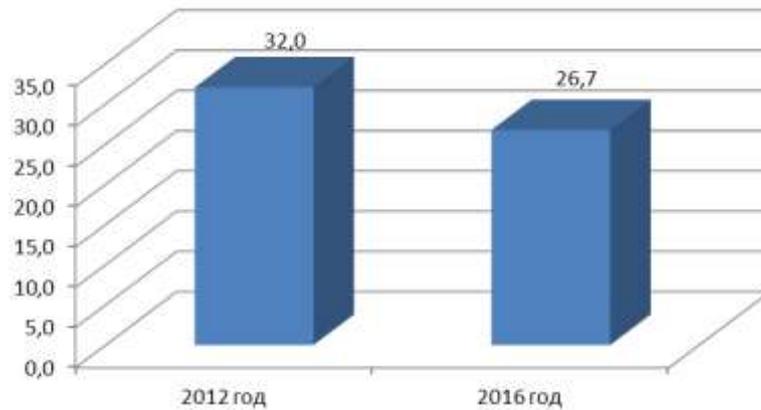
Изучение изменений показателей смысложизненных ориентаций спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности использовался критерий Вилкоксона. У всех спортсменов (рисунок 3) была выявлена значимая динамика по следующим показателям СЖО: «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ), «результативность» жизни ( $p < 0,001$ ) и «локус контроля жизни» ( $p < 0,05$ ).



**Рисунок 3.** Динамика смысложизненных ориентаций спортсменов.

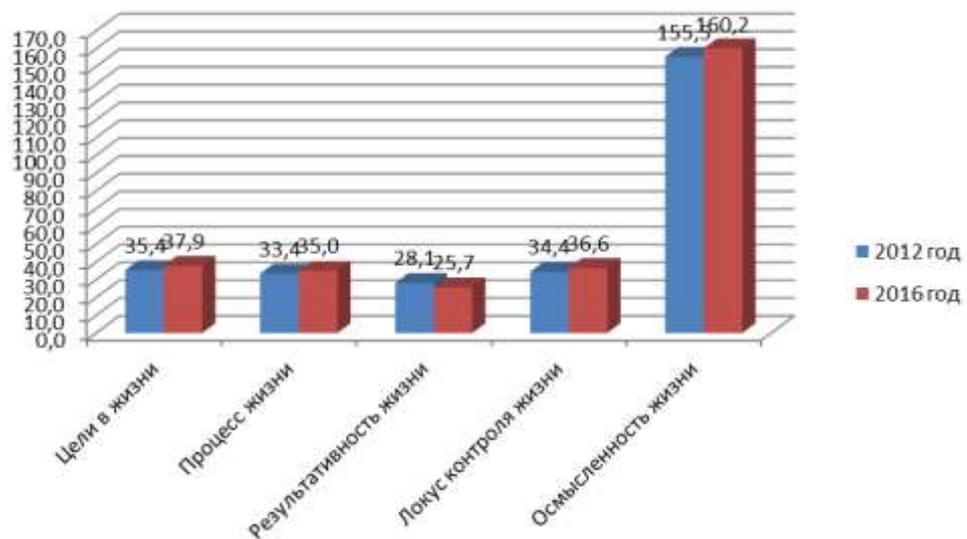
Такие показатели СЖО как «цели в жизни», «локус контроля жизни» с течением времени у спортсменов возросли, в то время как удовлетворенность собственной самореализации («результативность жизни») значимо снизилась.

У спортсменов с наиболее высокими показателями профессиональной успешности (1ый кластер) была выявлена значимая динамика таких показателей смысложизненных ориентаций как «результативность жизни» ( $p < 0,001$ ), «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ), а также «общая осмысленность жизни» ( $p < 0,001$ ). Обращает на себя внимание тот факт, что, несмотря на высокую профессиональную успешность спортсменов, их удовлетворенность собственной самореализацией с течением времени значительно снизилась (рисунок 4; приложение 8).



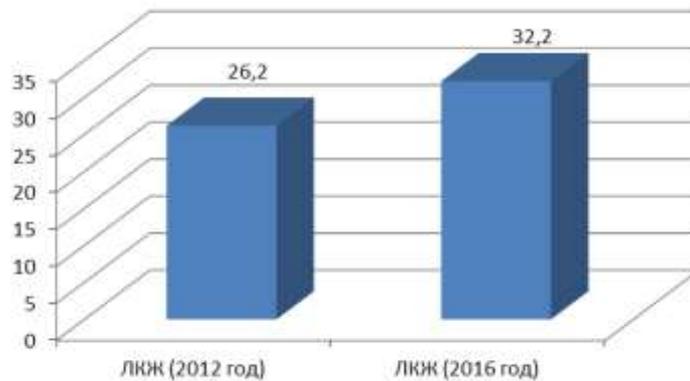
**Рисунок 4.** Динамика показателя СЖО «результативность жизни» у спортсменов кластера 1.

Во втором кластере (средняя выраженность показателей смысложизненных ориентаций, средний уровень профессиональной успешности) была выявлена положительная динамика по показателям «цели в жизни» ( $p < 0,001$ ), «процесс жизни» ( $p < 0,01$ ), «локус контроля жизни» (при  $p < 0,001$ ) и интегрального показателя «общая осмысленность жизни» ( $p < 0,001$ ) и значимая отрицательная динамика показателя «результативность жизни» ( $p < 0,001$ ) (рисунок 5).



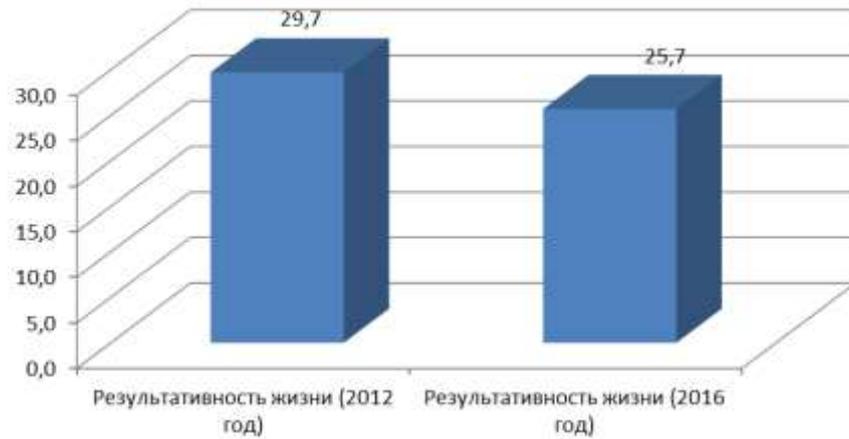
**Рисунок 5.** Изменения показателей смысложизненных ориентаций с течением времени у спортсменов кластера 2.

В 3 кластере (невысокий уровень профессиональной успешности, низкая выраженность показателей смысложизненных ориентаций) была выявлена значимая положительная динамика показателя «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ) (рисунок 6).

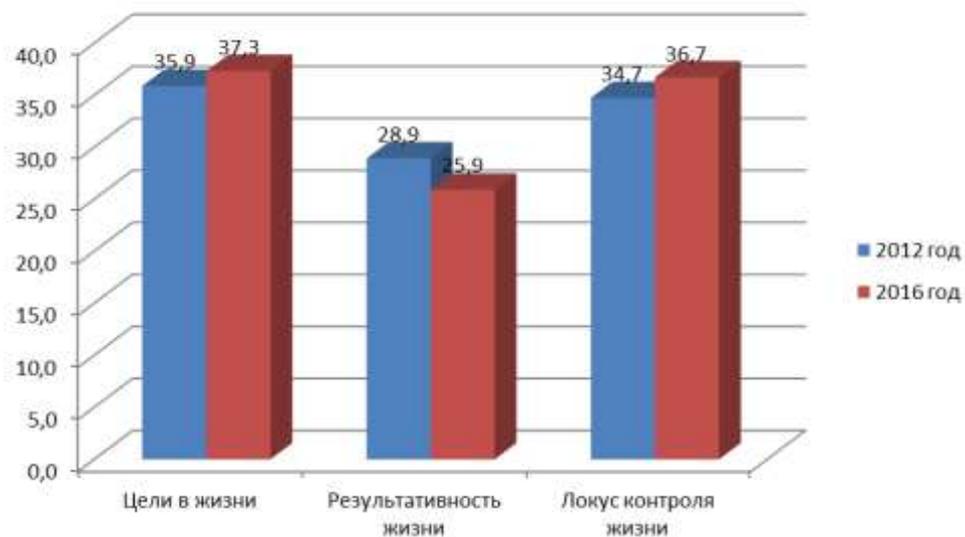


**Рисунок 6.** Динамика показателя СЖО «локус контроля жизни» у спортсменов кластера 3

У мужчин спортсменов были выявлены значимая отрицательная динамика показателя «результативность жизни» ( $p < 0,001$ ). У женщин – значимая положительная динамика таких показателей СЖО, как «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ) и «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ), отрицательная динамика показателя «результативность жизни» ( $p < 0,001$ ). Таким образом, спустя 4 года у мужчин-спортсменов отмечается значимое снижение оценки собственной результативности; у женщин-спортсменок с течением времени наблюдается возрастание способности к целеполаганию, а также убежденности в способности контролировать свою жизнь, однако оценка собственной результативности у них также снизилась (рисунок 7, 8).



*Рисунок 7. Динамка показателей субшкалы «результативность жизни» у мужчин*



*Рисунок 8. Динамка показателей СЖО у женщин*

У спортсменов с невысоким ( $p < 0,01$ ), средним ( $p < 0,001$ ) и высоким ( $p < 0,001$ ) уровнем профессиональной успешности была выявлена значимая отрицательная динамика показателей «результативность жизни». У спортсменов с очень высоким уровнем профессиональной успешности была выявлена значимая положительная динамика показателей СЖО «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ) и значимая отрицательная динамика показателя СЖО «результативность жизни» ( $p < 0,001$ ) (приложение 9).

У спортсменов, у которых в динамике не произошли изменения, связанные с профессиональной успешностью (ее повышением или понижением), была выявлена значимая положительная динамика показателей «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ) и «локус контроля жизни» ( $p < 0,001$ ) и значимая отрицательная динамика показателя «результативность жизни» ( $p < 0,01$ ).

У тех спортсменов, у которых спустя 4 года профессиональная успешность повысилась ( $p < 0,001$ ) или снизилась ( $p < 0,01$ ), была выявлена значимая отрицательная динамика показателя «результативность жизни» (приложение 10). В первом случае (когда успешность повысилась), удовлетворенность самореализацией могла снизиться из-за того, что достижение высокого результата на момент контрольного замера указывалось респондентами ретроспективно («получил разряд»; «занял призовое место на соревнованиях международного уровня»; «установил рекорд»), а следовательно было для них уже пройденным этапом и им необходимо было уже ориентироваться на следующие еще более высокие достижения, именно поэтому достигнутые успехи на момент повторного замера в значительной мере обесценивались.

Обращает на себя внимание, тот факт, что сквозным результатом лонгитюдного исследования явилось значимое снижение у спортсменов удовлетворенности собственной самореализацией, вне зависимости от того повысилась или снизилась их результативность. Неудачные выступления на соревнованиях значимо снизили общую удовлетворенность спортсменами своей самореализацией. Случаи, когда профессиональная успешность спортсменов повышалась, а удовлетворенность своей результативностью снижалась, возможно, объясняется тем, что особенностью спорта высших достижений является непрерывное нахождение в зоне оптимальных значений, профессия требует от субъекта труда непрерывного самосовершенствования и соответствующей внутренней установки «я способен на большее». Согласно данным интервью со спортсменами, некоторые из них уже стоя на пьедестале, думали о том, что «в следующий раз придется показать еще более высокий

результат», как следствие, достигнутое мгновенно оставалось в прошлом и в некоторой степени, обесценивалось. Иными словами, снижение удовлетворенности спортсменов в собственной самореализации с течением времени объясняется спецификой (а возможно и требованием) спортивной профессии и в какой-то степени является положительным диагностическим критерием. Сами спортсмены отмечали, что именно «обесценивание уже достигнутого» побуждает их к достижению еще большего результата, по их словам именно так их учат тренеры («сошел с пьедестала – забыл!»), в противном случае мотивация достижения снижается и, как следствие, снижается их профессиональная успешность. Довольно часто спортивным психологам приходится сталкиваться с такой проблемой, когда спортсмен долгое время не может и во многом не хочет «закрыть дверь» в ситуацию успешного выступления. Чем дольше он грязнет в «послевкусии победы», тем ниже становится его мотивация к достижению успеха и как следствие – падает его профессиональная успешность. Подобно актерам одной роли, вовремя не оправившись от победы, такие спортсмены зачастую достаточно рано заканчивают свою карьеру.

Так же следует отметить, что половина из тех спортсменов, у которых отмечается положительная динамика профессиональной успешности, являлись потенциальными кандидатами на участие в Олимпийских играх 2016. Однако, в свете актуальных непростых событий (допинговых скандалов вокруг российской национальной олимпийской сборной) в мире спорта (и общеполитических событий на них влияющих), спортсмены сами высказывали сомнения относительно целесообразности их выступления на олимпийских играх, а также сомнения относительно объективного судейства непосредственно во время олимпийских соревнований. Все это могло повлиять на снижение удовлетворенности в собственной самореализации, не смотря на общую положительную динамику профессиональной успешности.

### 3.2. Особенности влияния смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность у представителей разных видов спорта

Как было отмечено в главе 1, сам по себе вид спорта способствует развитию определённых личностных качеств. Этот подтверждается результатами сравнения показателей смысложизненных ориентаций представителей разных видов спорта проводимого с помощью U-критерия Манна-Уитни (Приложение 11).

Предполагается, что влияние смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность различно в разных видах спорта. Для реализации поставленной задачи был произведен регрессионный анализ, результаты которого показали, что существуют различия во влиянии тех или иных показателей СЖО на профессиональную успешность представителей разных видов спорта (таблица 5).

**Таблица 5.**

*Таблица значимых результатов исследования влияния показателей смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность в зависимости от вида спорта.*

Вид спорта	Смысложизненные ориентации	Multiple R <sup>2</sup>	Beta	p-level
Тяжелая атлетика	«Цели в жизни»	0,17	0,33	<0,001
Парусный спорт	«Осмысленность жизни»	0,27	0,52	<0,001
Плавание на открытой воде	«Результативность жизни»	0,32	0,69	<0,001
Велоспорт шоссе	«Осмысленность жизни»	0,11	0,33	<0,01
Велоспорт ВМХ	«Локус контроля Я»	0,36	0,94	<0,001
	«Цели в жизни»		-0,82	<0,01
Велоспорт МТБ	«Процесс жизни»	0,24	0,54	<0,001
	«Локус контроля Я»		-0,45	<0,01

Было выявлено, что у представителей тяжелой атлетики на профессиональную успешность оказывает положительное влияние такой показатель СЖО, как «цели в жизни» ( $p < 0,001$ ). Согласно результатам интервью, представители тяжелой атлетики отличаются таким психологическим

отношением к своей профессии, которое было ранее названо «спорт есть цель и смысл жизни». Большинство спортсменов-тяжелоатлетов также ориентируются на морально-нравственную сторону спортивной профессии. Следует так же отметить, что в данной группе отмечается большой процент наличия определенных планов по завершению спортивной карьеры: немалое количество спортсменов видят себя в тренерской карьере. Именно наличие определённых целей в жизни, придающих ей направленность и жизненную перспективу способствует большей профессиональной успешности спортсменов-тяжелоатлетов. Такой жизненной целью для многих тяжелоатлетов и выступает спортивная профессия.

У представителей парусного спорта ( $p < 0,001$ ) и велоспорта-шоссе ( $p < 0,01$ ), на профессиональную успешность оказывает влияние интегральный показатель «общей осмысленности жизни». Высокая осмысленность жизни, осмысленность своей профессиональной деятельности у представителей парусного спорта (например), на наш взгляд, позволяет им оставаться в профессии, несмотря на непростую актуальную ситуацию в данном виде спорта. Во времена советского союза наши спортсмены были достаточно сильны в этом виде спорта и составляли серьезную конкуренцию зарубежным спортсменам. С тех пор многое в мире парусного спорта поменялось, многие отечественные спортивные школы по этому направлению были закрыты, пальма первенства перешла представителям других стран. Сейчас, со слов спортсменов, существенно снизился уровень финансирования со стороны государства. Многим из них приходится выезжать на соревнования международного уровня за свой счет, самим оплачивать услуги тренера, самим закупать необходимый инвентарь. Для того, чтобы обеспечить себе выступление на ответственных международных стартах, многие спортсмены самостоятельно ищут спонсоров, другие берут кредит или тратят семейные сбережения, но, тем не менее, ищут новые возможности и выходы, для того, чтобы реализоваться в своей профессиональной деятельности. Все это в условиях жесткой конкуренции и с учетом того, что российские спортсмены уже давно не

показывали былых результатов. Но, несмотря на это, представители российского парусного спорта не отрекаются от своего дела и продолжают свой профессиональный путь. Это (на наш взгляд) демонстрирует высокое смысложизненное отношение к своей профессии и формирование у спортсменов-профессионалов качественно нового психического обеспечения своей трудовой деятельности.

Среди представителей велоспорта ВМХ на спортивную успешность оказывают влияние показатели СЖО «локус контроля Я» ( $p < 0,001$ ) и «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ). Следует также отметить, что именно у представителей велоспорта ВМХ отмечается наиболее детерминированная профессиональная успешность смысложизненными ориентациями. При наличии у спортсменов целей на будущее и интернальности локуса контроля вероятно более высокая профессиональная успешность. В велоспорте МТБ на профессиональную успешность оказывает положительное влияние интернальность локуса контроля ( $p < 0,01$ ), а также эмоциональная насыщенность жизни («процесс жизни»  $p < 0,001$ ). Значимость внутреннего локуса контроля возможно объясняется и высоким риском травматизма в данных видах велосипедного спорта. Можно предположить, что при большей уверенности в себе как сильной личности, спортсмены в большей степени готовы к выполнению сложных элементов, побеждая возможный страх, а в случае падения или получения травмы, именно наличие высокого интернального локуса контроля помогает спортсменам быстрее восстанавливаться и возвращаться в спорт.

Несмотря на общую для всей выборки закономерность влияния показателей смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность спортсменов, сама по себе специфика того или иного вида спорта диктует необходимость определённой иерархии показателей осмысленности жизни, обуславливающих большую успешность профессиональной деятельности. Эти данные подтверждают высказанные во второй главе предположения о том, что в каждом рассматриваемом виде спорта существуют свои требования к формированию

смыслоразностных ориентаций, которые могут являться профессионально-важными для спортивной успешности качествами.

Специфичность спортивной профессии предполагает наличие отличительных особенностей смыслоразностных ориентаций представителей спорта высших достижений по сравнению с представителями других профессий. В этой связи, в качестве методической задачи показаны значимые различия в выраженности смыслоразностных ориентаций спортсменов и представителей других профессий (Бакуняева, 2016).

Д.А. Леонтьев на примере выборки из 200 человек обоего пола в возрасте от 18 до 29 лет предложил следующие нормативные границы для оценки выраженности смыслоразностных ориентаций (Таблица 6):

**Таблица 6.**

*Средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя по тесту «Смыслоразностные ориентации» (по данным Леонтьева, 2000, n =200 чел).*

Субшкала	Среднее знач. ± Станд откл	
	Мужчины	Женщины
Цели в жизни	32,90±5,92	29,38±6,24
Процесс жизни	31,09±4,44	28,80±6,14
Результативность жизни	25,46±4,30	23,30±4,95
Локус контроля Я	21,13±3,85	18,58±4,30
Локус контроля жизни	30,14±5,80	28,70±6,10
Общий показатель ОЖ	103,10±15,03	95,76±16,54

Его последователи, на примере 75 банковских работников в возрасте от 30 до 55 лет получили несколько иные результаты, которые представлены ниже (таблица 7):

**Таблица 7.**

*Средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя по тесту «Смыслжизненные ориентации» (по данным Петровой, Шестакова, 2002, n=75).*

Субшкала	Среднее знач. ± Станд откл
Цели в жизни	38,91±3,20
Процесс жизни	35,95±4,06
Результативность жизни	29,83±3,00
Локус контроля Я	24,65±2,39
Локус контроля жизни	34,59±4,44
Общий показатель ОЖ	120,36±10,21

Анализ средних значений и стандартных отклонений субшкал теста «Смыслжизненных ориентаций», полученных на примере представителей спорта высших достижений обоего пола в возрасте от 15 до 39 лет, позволяет констатировать, что выраженность смыслжизненных ориентаций спортсменов значительно отличается от представленных выше (таблица 8).

Обращает на себя внимание тот факт, что полученные средние значения по тесту «Смыслжизненные ориентации» находятся ближе к тем границам, которые были предложены при оценке банковских служащих в возрасте от 30 до 50 лет. Оцениваемые авторами банковские работники находились на стадии профессионализации мастера, авторитета или наставника (Климов, 2003). В то время, как в выборку данного исследования входили спортсмены преимущественно в возрасте от 15 до 22-х лет. Иными словами, несмотря на достаточно молодой (в сравнении с другими профессиональными группами) возраст выраженность смыслжизненных ориентаций представителей спортивной профессии близка к той, что наблюдается у профессионалов банковского дела, достигших уже определенного уровня мастерства и профессиональной зрелости.

Эти данные лишней раз доказывают специфичность спортивной профессии, своего рода «сжатость» процесса профессионализации, отличающую данную группу профессий от других.

**Таблица 8.**

*Средние и стандартные отклонения субшкал и общего показателя по тесту «Смыслжизненные ориентации» на примере представителей спорта высших достижений (n=500).*

Субшкала	Среднее знач.± Станд.откл.	Среднее знач.± Станд.откл.	Среднее знач.± Станд.откл.
	все	Мужчины	Женщины
Цели в жизни	35,94± 4,66	36,26±4,24	35,51±5,13
Процесс в жизни	34,27±4,47	34,64±4,34	33,77±4,60
Результативность жизни	29,56±3,40	29,69±3,22	29,38±3,63
Локус контроля Я	24,58±2,93	24,72±2,69	24,39±3,23
Локус контроля жизни	35,61±4,25	35,88±3,87	35,24±4,70
Осмысленность жизни	119,1±13,7	118,5±11,2	119,8±16,04

Предполагается, что так называемый «профиль» смысложизненных ориентаций высоко успешного спортсмена имеет рисунок, близкий к профилю спортсменов, входящих в первый кластер (рисунок 2). У спортсменов всей выборки эмпирического исследования нормативные границы по шкале «результативности жизни» несколько ниже, чем те, которые были представлены Д.А.Леонтьевым (2000). Вероятно, это объясняется такой спецификой спортивной профессии, как непрерывное улучшение своих спортивных результатов, поэтому достигнутое может достаточно быстро обесцениваться, тем самым побуждая спортсмена к достижению еще большего (что также подтверждается результатами лонгитюдного исследования, изложенного в параграфе 3.1.). Полученные данные могут служить критерием оценки смысложизненных ориентаций спортсменов при

диагностике их психологических особенностей, а также критерием прогнозирования их профессиональной успешности.

### **3.3. Мотивы выбора спортивной профессии и их влияние на смысложизненные ориентации спортсменов**

Говоря об этапах спортивной карьеры, нельзя обойти стороной вопрос о мотивах выбора спортивной карьеры и конкретного вида спорта. Как было отмечено выше, одним из отличий профессии спортсмена от иных видов профессиональной деятельности является феномен ранней профессионализации. Начало специализации в избранном виде спорта приходится, как правило, на детский возраст, что снижает частоту случаев осознанного выбора спортивной профессии.

Под внешними побуждениями выбора вида спорта понимаются такие, например, как: социальные (семья, группа сверстников), ситуационные (популярность конкретного вида спорта в регионе и среди группы сверстников, близость и доступность спортивной секции и т.п.). Под мотивами понимается стремление спортсменов к самоутверждению и самовыражению.

Согласно частотному анализу данных, полученных с помощью метода интервью, отмечается определенная закономерность в проявлениях мотивов выбора конкретного вида спорта (Таблица 9). Следует отметить, что данные мотивы выбора указывались спортсменами ретроспективно (Бакуняева, 2015).

**Таблица 9.***Таблица распределения мотивов выбора в конкретного вида спорта.*

Вид спорта	Самостоятельный выбор	Семья			случайный выбор
		родители	династия	Укрепление здоровья	
тяжелая атлетика	23%	10%	42%	0%	25%
парусный спорт	22%	12%	38%	2%	26%
легкая атлетика	26%	14%	14%	3%	43%
современное пятиборье	0%	33%	3%	56%	9%
плавание на открытой воде	8%	45%	15%	15%	17%
велоспорт-шоссе	22%	6%	17%	0%	55%
велоспорт-ВМХ	15%	41%	11%	11%	22%
велоспорт-МТБ	63%	19%	10%	0%	8%
велоспорт-трек	32%	9%	21%	0%	38%
для всей выборки	23%	17%	24%	7%	29%

Согласно проведенному опросу, самостоятельный выбор в большей степени присущ представителям велоспорта (в первую очередь среди представителей велоспорта – МТБ). Со слов респондентов, в выборе конкретного вида спорта они руководствовались исключительно своими желаниями, интересами и устремлениями. Следует также отметить, что в данный вид спорта приходят, как правило, в более позднем возрасте (подростковом).

Под воздействием значимого социального окружения, в первую очередь семьи, в спорт приходили, как правило, представители тяжелой атлетики и парусного спорта. Для большинства респондентов из данной группы конкретный вид спорта является продолжением семейных традиций, династией. Изначально внешние, социальные побуждения выбора конкретной спортивной деятельности со временем дополняются внутренними: родители-спортсмены проецируют на ребенка ожидания определённых успехов в спорте; стремясь оправдать эти

ожидания, он с определённого момента одновременно начинает стремиться к самореализации, самосовершенствованию.

Несколько иная картина прослеживается у представителей современного пятиборья. Чаще всего будущие пятиборцы-профессионалы выбирали данный вид спорта также по настоянию родителей, не имевших, однако, отношения к спорту. Изначально целью занятия пятиборьем для родителей и самих будущих спортсменов было укрепление здоровья, а никак не достижение высоких спортивных результатов. В большинстве случаев родители приводили будущих спортсменов в секцию по плаванию из групп здоровья. Лишь позже, благодаря мотивированию со стороны тренера, эта цель трансформировалась в стремление улучшить свои результаты. Ситуационным побуждениям в большей степени оказались подвержены представители легкой атлетики и велоспорта-шоссе. В первом случае основным критерием выбора вида спорта, как правило, являлась популярность данного вида спорта в регионе. Во втором – близость и доступность спортивной секции.

Обобщая полученные данные, мы выявили, что на начальном этапе выбора вида спорта решающую роль играют внешние социальные побудители (родители и семейная спортивная династия). Как видно из таблицы 9, самостоятельный выбор конкретного вида спорта, побуждаемый мотивом самоопределения и самоутверждения, присущ менее 23% всех опрошенных спортсменов. Проведенный дисперсионный анализ показал, что мотивы выбора конкретного вида спорта оказывают влияние на показатели смысложизненных ориентаций спортсменов (таблица 10; приложение 12).

**Таблица 10.**

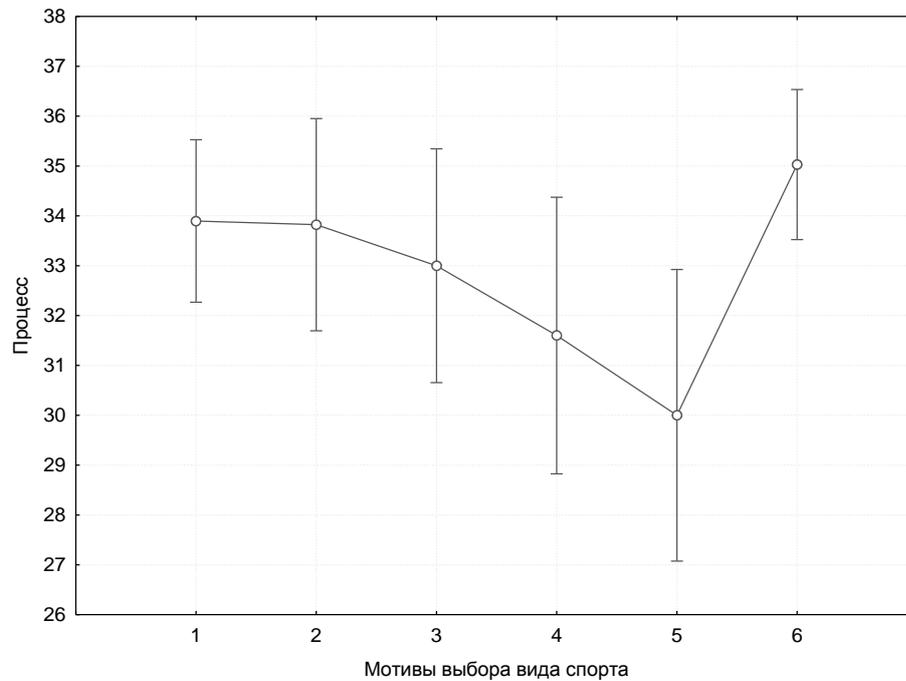
*Таблица значимых результатов влияния мотивов выбора конкретного вида спорта на показатели СЖО спортсменов в контексте профессиональной успешности.*

Мотивы выбора	Значимые переменные	Multiple R <sup>2</sup>	Beta	p-level
Самостоятельный выбор	«Цели в жизни»	0,18	0,39	<0,001
родители	«Цели в жизни»	0,05	0,22	<0,01
друзья	«Локус контроля Жизни»	0,19	0,29	<0,01
агитация в школе	«Локус контроля Жизни»	0,06	0,25	<0,01
для здоровья	«Цели в жизни»	0,23	0,54	<0,001
	«Процесс жизни»		-0,38	<0,01

Согласно результатам регрессионного анализа, показатель «локус контроля жизни» оказывает влияние на профессиональную успешность тех спортсменов, кто пришли в спорт, руководствуясь ситуационными мотивами ( $p < 0,01$ ). По-видимому, для данной группы респондентов именно убежденность в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь, способствует спортивной успешности. Наличие определенных целей на будущее, придающих направленность и жизненную перспективу («цели жизни») оказывает влияние на профессиональную успешность тех, кто пришли в спорт, руководствуясь собственными мотивами и внешними социальными побуждениями – мнение родителей, семейные спортивные традиции ( $p < 0,001$ ), а также мотивами укрепления здоровья ( $p < 0,001$ ).

Мотивы выбора вида спорта оказывают значимое влияние на смысло-жизненные ориентации у представителей тяжелой атлетики и современного пятиборья (Бакуняева, 2015). Вероятно, это можно объяснить тем, что именно среди представителей этих видов спорта больше тех, у которых изначально внешние побуждения выбора конкретного вида спорта дополнялись

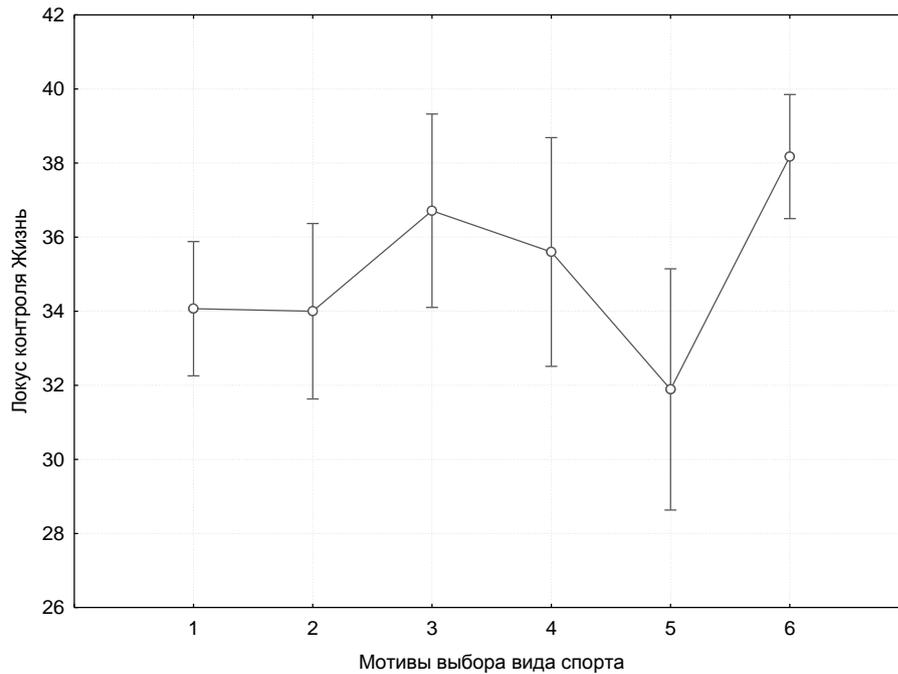
развитием собственных мотивов. У представителей тяжелой атлетики мотивы выбора этого вида спорта оказывают влияние на показатели СЖО «процесс жизни», «локус контроля жизни», а также на интегральный показатель общей осмысленности жизни ( $p < 0,05$ ;  $p < 0,01$ ;  $p < 0,05$  – соответственно; рисунок 9, 10, 11).



**Рисунок 9.** Графическое представление влияния мотивов выбора вида спорта на показатель СЖО «процесс жизни» у тяжелоатлетов.

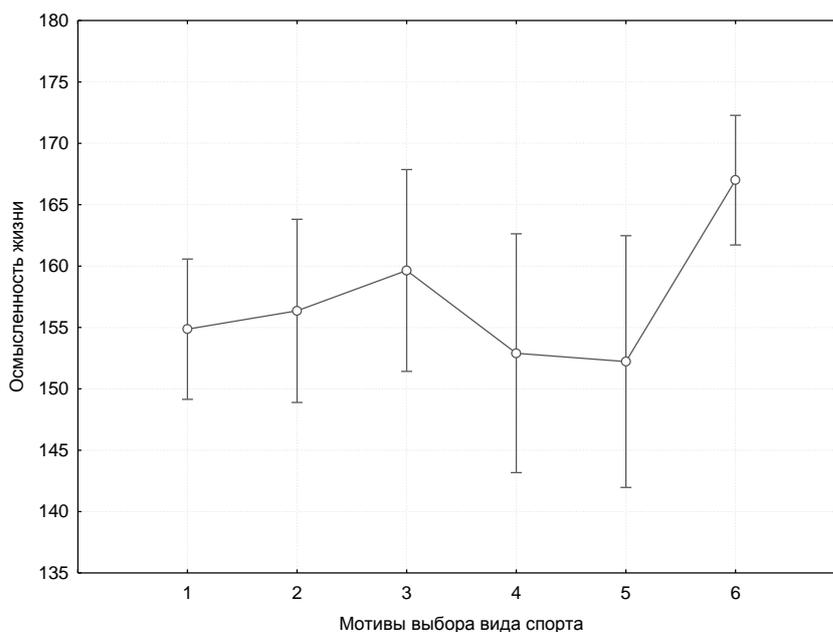
\*Примечание: 1 – самостоятельный выбор; 2 – родители; 3 – друзья; 4 – агитация в школе; 5 – для здоровья; 6 – династия.

Высокий уровень эмоциональной насыщенности жизни наблюдается у тех спортсменов, кто выбрал вид спорта, руководствуясь самостоятельным решением или пошли по стопам своих родителей.



*Рисунок 10. Графическое представление влияния мотивов выбора вида спорта на показатель СЖО «локус контроля жизни» у тяжелоатлетов.*

Большая убежденность в способности контролировать свою жизнь и большая выраженности показателя общей осмысленности жизни (рисунок 11) выявлены у спортсменов-тяжелоатлетов, которые выбрали вид спорта в соответствии с мотивом «династия», а меньшая убежденность в способности контролировать свою жизнь выявлена у спортсменов, которые выбрали вид спорта в соответствии с мотивом «агитация в школе».

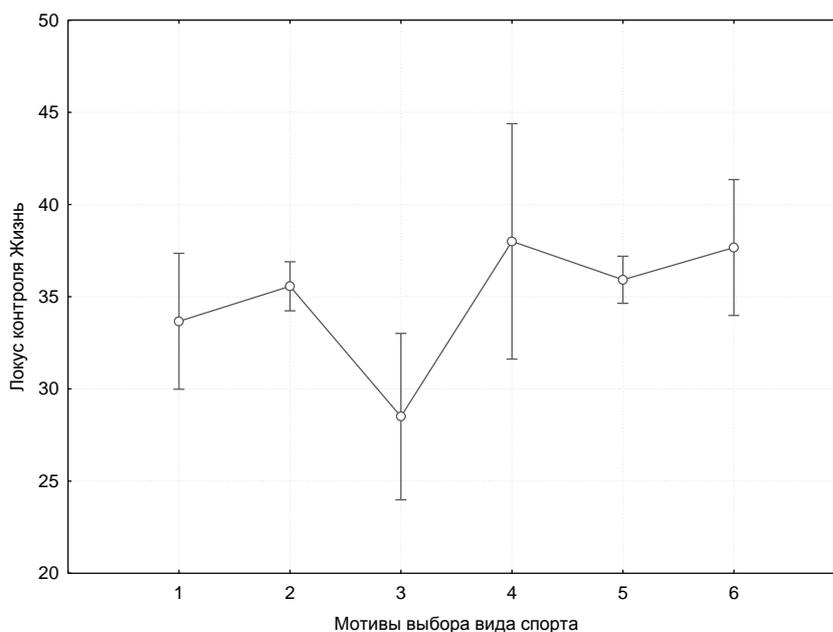


*Рисунок 11. Графическое представление влияния мотивов выбора вида спорта на показатель осмысленности жизни у тяжелоатлетов.*

Обобщая представленные результаты, можно заключить, что наибольшая выраженность показателей «процесс жизни», «локус контроля жизни» и возрастание интегрального показателя «общая осмысленность жизни» наблюдается у тех представителей тяжелой атлетики, которые выбрали данный вид спорта как продолжение семейных традиций (спортивная династия). Таким образом, наиболее высокий уровень эмоциональной насыщенности жизни наблюдается у тех спортсменов, кто пошел по стопам своих родителей. Данные мотивы можно выделить как внутренние: респонденты выросли в семьях, где занимаются и живут данным видом спорта, что формирует их собственное отношение к выбираемому виду спорта, как к привычному и желаемому. Меньшая выраженность этих показателей наблюдается у тех спортсменов, кто выбирал тяжелую атлетику, руководствуясь такими побуждениями, как близость спортивной секции к месту проживания, популярность данного вида спорта в регионе или среди группы сверстников и др. В случае дополнения внешних побуждений выбора конкретного вида спорта собственными мотивами, у спортсменов проявляется более выраженная убежденность в способности

контролировать свою жизнь, а также возрастание общего уровня осмысленности жизни.

Мотивы выбора спортсменами современного пятиборья оказывают достоверное влияние на показатель «локус контроля жизни» ( $p < 0,05$ ). Показатель локуса контроля жизни, выше у спортсменов современного пятиборья, которые выбрали вид спорта в соответствии с мотивом «династия» и «агитация в школе», а меньшая выраженность показателя локуса контроля жизни наблюдается у спортсменов, которые выбрали вид спорта в соответствии с мотивом «друзья» (рисунок 12). Иными словами, локус контроля имеет более высокий показатель интернальности у тех спортсменов, которые выбрали пятиборье под влиянием внешнего социального побуждения в сочетании с последующим влиянием мотива к самовыражению, и низкий – у тех спортсменов, у которых выбор пятиборья определялся только социальными побуждениями, например стремлением быть сопричастным к референтной группе. Те спортсмены – представители современного пятиборья, которые дополнительно руководствовались собственными мотивами в выборе спортивной карьеры, в большей степени убеждены в способности контролировать свою жизнь и свободно принимать решения.



*Рисунок 12. Пример графического представления влияния мотивов выбора вида спорта на показатель локуса контроля жизни у спортсменов современного пятиборья.*

\* *Примечание: 1 – самостоятельный выбор; 2 – родители; 3 – друзья; 4 – агитация в школе; 5 – для здоровья; 6 – династия.*

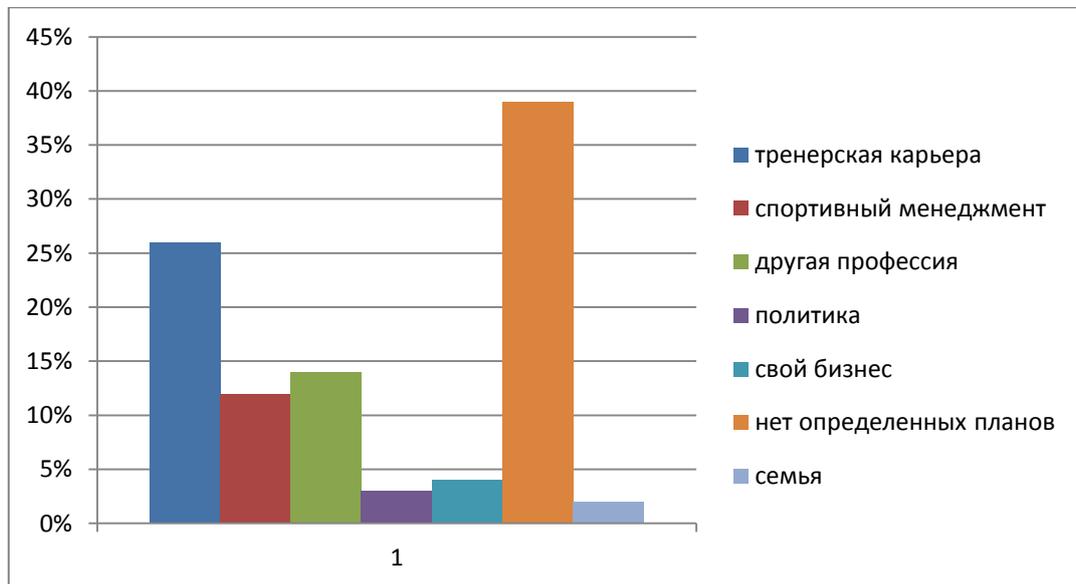
Таким образом, мотивы выбора конкретного вида спорта оказывают влияние на смысложизненные ориентации. Это влияние значимо проявляется у представителей тяжелой атлетики и современного пятиборья, очевидно, вследствие дополнения изначально внешних побуждений выбора этих видов спорта собственными мотивами самоутверждения и самореализации.

У спортсменов с внешними ситуационными побуждениями выбора конкретного вида спорта на профессиональную успешность оказывает влияние интернальность локуса контроля. Для профессиональной успешности спортсменов, пришедших в спорт, руководствуясь собственными мотивами или внешними социальными побуждениями, а также мотивами укрепления здоровья, значимо целеполагание. Они становятся ориентированными на цели в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу, что в свою очередь способствует достижению высоких результатов.

### 3.4. Влияние смысложизненных ориентаций на профессиональные планы спортсменов

Поскольку была показана значимость для профессиональной успешности спортсменов наличия целей в жизни, придающих ей направленность и жизненную перспективу, видится необходимым рассмотрение вопроса о характере у спортсменов профессиональных и жизненных планов (конкретные, нечёткие, неполные, неопределённые и т.п.) Под профессиональными и жизненными планами спортсменов мы понимаем как планирование своего профессионального будущего после окончания соревновательной деятельности, так и планирование длительности самой соревновательной активности (то есть период нахождения в спортивной профессии).

Согласно частотному анализу, 39% процентов опрошенных респондентов не имеют определенных планов относительно дальнейшего профессионального пути вне соревновательной деятельности (рисунок 13).



*Рисунок 13. Результаты частотного анализа данных о наличии/отсутствии определенных профессиональных планов.*

Продолжать свою деятельность в спорте в роли тренера намерены 26% опрошенных спортсменов; 12% желали бы остаться в спорте, но в качестве спортивного менеджера (Бакуняева, 2015). Полностью уйти из спорта и посвятить

себя политике или развитию своего собственного бизнеса планирует 3% и 4% опрошенных респондентов соответственно. И только 2% из всей выборки (женщины) после окончания спортивной карьеры не планируют быть включенными в трудовую деятельность, а предполагают полностью посвятить себя семье и воспитанию детей. Большая часть опрошенных респондентов не имеют конкретных планов относительно своего профессионального будущего вне связи с соревновательной деятельностью, несмотря на то, что среди них были те спортсмены, которые находились на завершающем этапе спортивной карьеры (последний год). То есть, возможно, для профессиональной группы спортсменов планирование конкретных профессиональных целей на отдаленное будущее свойственно в меньшей степени, чем для представителей других профессиональных групп.

Возможно, это связано с тем, что для многих спортсменов спорт и есть жизнь и иной «формат» жизни им сложно себе представить. Следует также отметить, что во время интервьюирования, многие спортсмены болезненно реагировали на вопросы о планах на жизнь «после спорта», у них этот вопрос вызывал шоковую реакцию. Вероятно, это объясняется тем, что они предпочитают жить и действовать в ситуации «здесь и сейчас» и наличие целей для них – это цели на участие в предстоящих отборочных соревнованиях и непосредственно стартах, но никак не цели на более отдаленное будущее. Спорт для них и есть жизнь, а уход из спорта оказывается стрессом и приводит к так называемой экзистенциальной фрустрации. Возможно, во многом и потому, что на протяжении многих лет спортсмены оторваны от остальных сфер жизни, они включены в особый напряженный режим (тренировочный и соревновательный), у них не так много времени на отдых и возможность заняться иными делами и оказавшись в ситуации прекращения занятием спортом (на время, или окончательно) они не знают, чем себя занять, не привыкли к такому «обилию» свободного время и это зачастую оказывается для них мощнейшим стрессором. Например, работа со спортсменами, находящимися на стационарном лечении в

отделении реабилитации и спортивной травмы показала, что длительное нахождение в стационаре и оторванность от тренировок вызывает у спортсменов большое количество опасений. Но не столько опасений за свое здоровье, сколько опасений за то, что они будут вынуждены пропустить важные старты и тренировки, т.е. по сути опасений за свою профессиональную успешность. Спортсмены отмечали, что большое количество свободного времени и запрет на тренировки угнетают их, вызывают в них тревожность, поскольку они не привыкли «находиться без дела». В этот период многие из них задаются вопросом «А что же будет, когда мне придется уйти из спорта?», этот вопрос их пугает, но они, как правило, отодвигают его на второй план в надежде как можно быстрее вернуться к привычным занятиям. Вопрос о жизни после спорта повисает в воздухе и так и остается для многих открытым.

Для выявления влияния показателей смысложизненных ориентаций на планируемую длительность соревновательной деятельности спортсменов был проведен множественный регрессионный анализ. Был использован прямой пошаговый анализ, с помощью которого выявлено, что в общей выборке спортсменов, значимого влияния не обнаружилось. Однако в группах, разделенных по половому признаку (таблица 11), обнаружено, что у мужчин на планируемую длительность соревновательной деятельности оказывают значимое положительное влияние показатель «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ), а у женщин – «локус контроля Я» ( $p < 0,001$ ). Чем более выражены цели на будущее у мужчин, тем раньше они планируют закончить спортивную карьеру (планируемая длительность соревновательной деятельности – 1 год). У женщин, представление о себе, как о сильной личности способствует более позднему планированию завершения спортивной карьеры (респонденты планируют оставаться в спорте от 4 лет и дольше).

Для выявления зависимости профессиональных планов спортсменов от выраженности их смысложизненных ориентаций был проведен множественный регрессионный анализ (приложение 13). В ходе проведения анализа был

использован прямой пошаговый анализ, с помощью которого было выявлено, что показатели СЖО спортсменов оказывают влияние на их профессиональные планы ( $p < 0,01$ ), однако предсказать наличие определенных профессиональных планов можно только с помощью показателя «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ). Таким образом, при более высоких показателях интернальности локуса контроля жизни у спортсменов отмечаются профессиональные планы, не связанные со спортом.

На планы, связанные с дальнейшим профессиональным развитием после окончания спортивной карьеры, у мужчин оказывает влияние показатель СЖО «процесс жизни» ( $p < 0,01$ ), а у женщин – «локус контроля жизни» ( $p < 0,05$ ). Таким образом, можно предположить, что при большей эмоциональной насыщенности жизни у мужчин отмечаются стремление и дальше продолжить свой профессиональный путь в спорте (в тренерской карьере, в спортивном менеджменте). У женщин при большем стремлении контролировать свою жизнь отмечается стремление к освоению другой специальности (не спортивной), или стремление основать свой бизнес.

Мы также выявили, что влияние показателей смысложизненных ориентаций на профессиональные планы спортсменов различно в разных видах спорта (приложение 14). Среди представителей тяжелой атлетики на желание остаться в спорте (преимущественно в качестве тренера) оказывает значимое влияние «процесс жизни» (эмоциональная насыщенность жизни;  $p < 0,05$ ). Для представителей легкой атлетики на профессиональные планы связанные со спортом оказывает влияние показатель СЖО «результативность жизни» ( $p < 0,05$ ): при большой удовлетворенности своей самореализацией они будут стремиться остаться в спортивной сфере после окончания своей спортивной карьеры. У спортсменов велоспорта-трек, для профессиональных планов значимым оказался такой показатель смысложизненных ориентаций, как «цели в жизни» ( $p < 0,05$ ): чем более выражены цели на будущее, придающие жизни направленность и временную перспективу, тем больше проявляются у них профессиональные планы, связанные со спортом. В современном пятиборье, на профессиональные

планы оказывает влияние показатель СЖО «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ): при более высоких показателях интернальности локуса контроля отмечается стремление оставаться в спорте в качестве тренера или спортивного менеджера. У представителей велоспорта-шоссе, большая выраженность такого показателя СЖО, как «цели жизни» ( $p < 0,05$ ), «локус контроля Я» ( $p < 0,05$ ) способствуют их стремлению продолжить свой профессиональный путь в спорте (в качестве тренера или спортивного менеджера).

Нам также видится необходимым рассмотрение влияния смысложизненных ориентаций на планируемую длительность профессиональной спортивной деятельности и дальнейшие профессиональные и жизненные планы в контексте их профессиональной успешности (приложение 15).

С помощью множественного регрессионного анализа было выявлено, что у спортсменов с планируемой длительностью соревновательной активности 1 год на профессиональную успешность оказывают влияние показатели СЖО «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ) и «осмысленность жизни» ( $p < 0,05$ ). У спортсменов с планируемой длительностью соревновательной активности 4 года на спортивную успешность оказывают влияние такие показатели смысложизненных ориентаций, как «цели в жизни» ( $p < 0,001$ ) и «процесс жизни» ( $p < 0,01$ ). Среди спортсменов, которые планируют оставаться в спорте еще минимум 5 лет на спортивную успешность оказывает влияние показатель СЖО «процесс жизни» ( $p < 0,01$ ). А те, кто планирует оставаться в спорте еще минимум 6 лет на спортивную успешность оказывают влияние показатели СЖО «процесс жизни» ( $p < 0,001$ ) и «локус контроля Я» ( $p < 0,01$ ). При планировании длительности соревновательной деятельности в 7 лет на спортивную успешность оказывают положительное влияние «цели в жизни» ( $p < 0,001$ ). У спортсменов с планируемой длительностью соревновательной деятельности 8 лет на профессиональную успешность оказывает влияние интернальность локуса контроля ( $p < 0,01$ ). Среди тех, кто планирует оставаться в спорте еще минимум 15 лет на профессиональную успешность оказывают влияние показатели «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ) и

«процесс жизни» ( $p < 0,05$ ). К тому же было выявлено, что наиболее детерминированная смысложизненными ориентациями профессиональная успешность наблюдается у спортсменов с планируемой активностью 15 лет (детерминирует на 83%).

При выявлении влияния показателей смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность у спортсменов с различными профессиональными планами (таблица 12), было установлено, что у спортсменов с планами на тренерскую карьеру на спортивную успешность оказывает влияние показатель «процесс жизни» ( $p < 0,01$ ), а у спортсменов, у которых нет определенных планов на профессиональную успешность оказывает влияние интегральный показатель СЖО «общая осмысленность жизни» ( $p < 0,001$ ).

**Таблица 12.**

*Таблица значимых влияний СЖО на профессиональную успешность спортсменов в зависимости от профессиональных планов*

Профессиональные планы	Значимые переменные	Multiple R <sup>2</sup>	F	Beta	p-level
тренерская карьера	«Процесс жизни»	0,12	4,56	0,21	<0,01
нет определенных планов	«Осмысленность жизни»	0,04	7,66	0,19	<0,001

Иными словами, при большей эмоциональной насыщенности жизни и удовлетворенности процессом жизни у спортсменов отмечается более высокая профессиональная успешность и в дальнейшем они планируют оставаться в спортивной профессии в качестве тренера. Очевидно (исходя из ранее изложенных результатов), в первую очередь, это представители тяжелой атлетики. Обращает на себя внимание тот факт, что более высокая осмысленность жизни, способствующая более высокой успешности спортсменов, тем не менее, не способствует большей определенности спортсменов относительно их профессионального будущего.

Таким образом, можно предположить, что смысложизненные ориентации оказывают влияние на профессиональные планы спортсменов. Это влияние проявляется в планируемой длительности соревновательной активности, а также в планировании своего профессионального будущего после завершения спортивной карьеры.

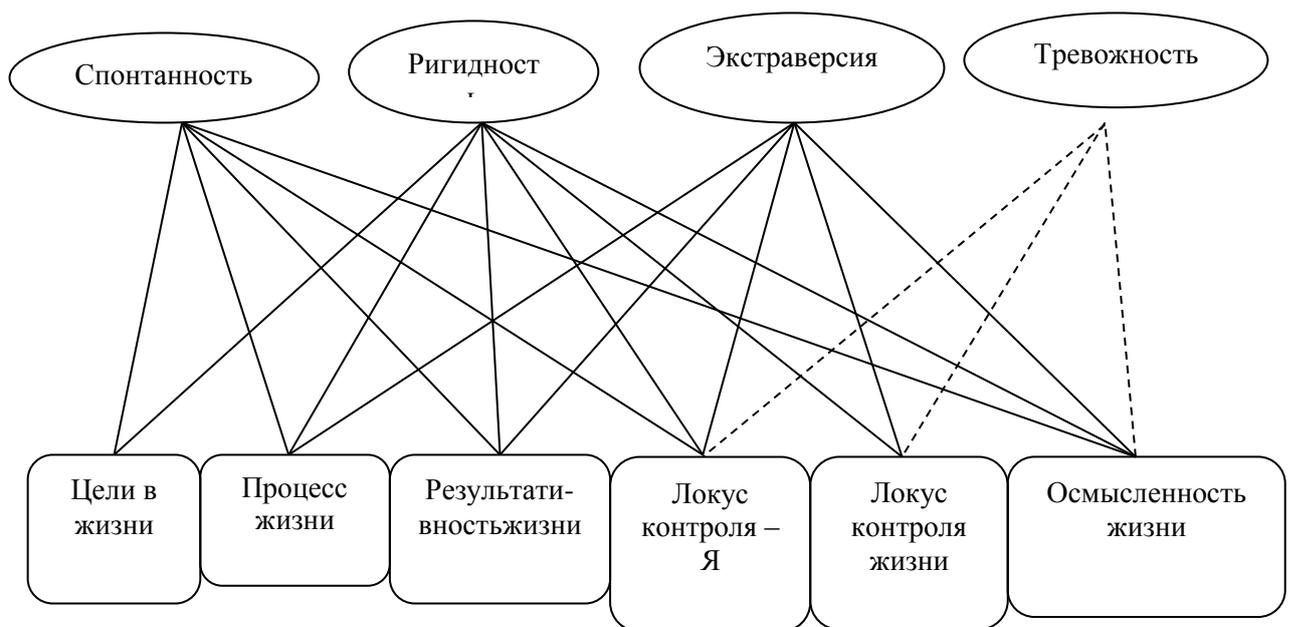
У мужчин на планируемую длительность соревновательной деятельности оказывают влияние показатель СЖО «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ), а у женщин – «локус контроля Я» ( $p < 0,001$ ). Таким образом, можно предположить, что чем более выражены цели на будущее у мужчин спортсменов, тем раньше они планируют закончить спортивную карьеру. У женщин, представление о себе, как о сильной личности способствует более позднему планированию завершения спортивной карьеры. Также было выявлено, что чем более эмоционально насыщена у мужчин-спортсменов жизнь, тем чаще у них будут проявляться профессиональные планы, связанные со спортом. У женщин, при большем стремлении контролировать свою жизнь чаще проявляются профессиональные планы, не связанные со спортом.

Было показано, что в разных видах спорта разные показатели СЖО по-разному влияют на профессиональные планы спортсменов. У спортсменов с различными профессиональными планами и различными планами на предполагаемую длительность соревновательной деятельности различные показатели СЖО по-разному влияют на профессиональную успешность.

### **3.5. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности**

Представляется интересным вопрос взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей спортсменов в зависимости от их профессиональной успешности (Приложение 16, 17). Согласно результатам корреляционного анализа (рисунок 14), были выявлены значимые

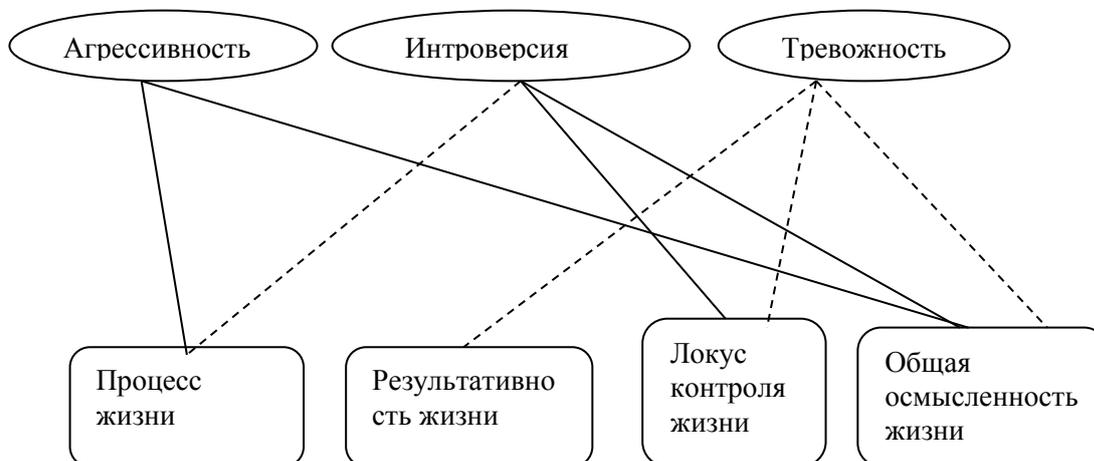
положительные взаимосвязи показателей смысложизненных ориентаций с экстраверсией, спонтанностью и ригидностью ( $p < 0,05$ ). Значимые отрицательные взаимосвязи были выявлены между тревожностью и показателями «локус контроля Я», «локус контроля жизни» и «общая осмысленность жизни»; интроверсией и показателями СЖО «процесс жизни», «результативность жизни», «общая осмысленность жизни» ( $p < 0,05$ ). То есть, гипертимный («сильный») тип поведения взаимосвязан с большей выраженностью показателей смысложизненных ориентаций и такой характер взаимосвязей отмечается у более профессионально успешных спортсменов, в то время как гипотимный («слабый») тип поведения – с меньшей их выраженностью и соответственно, отмечается у спортсменов с меньшей профессиональной успешностью.



**Рисунок 14.** Корреляционная плеяда, отражающая значимые взаимосвязи показателей смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей для всей выборки респондентов.

У спортсменов с невысокой профессиональной успешностью значимые положительные взаимосвязи были выявлены между агрессивностью и такими показателями СЖО, как «процесс жизни» ( $r=0,33$ ) и «осмысленность жизни»

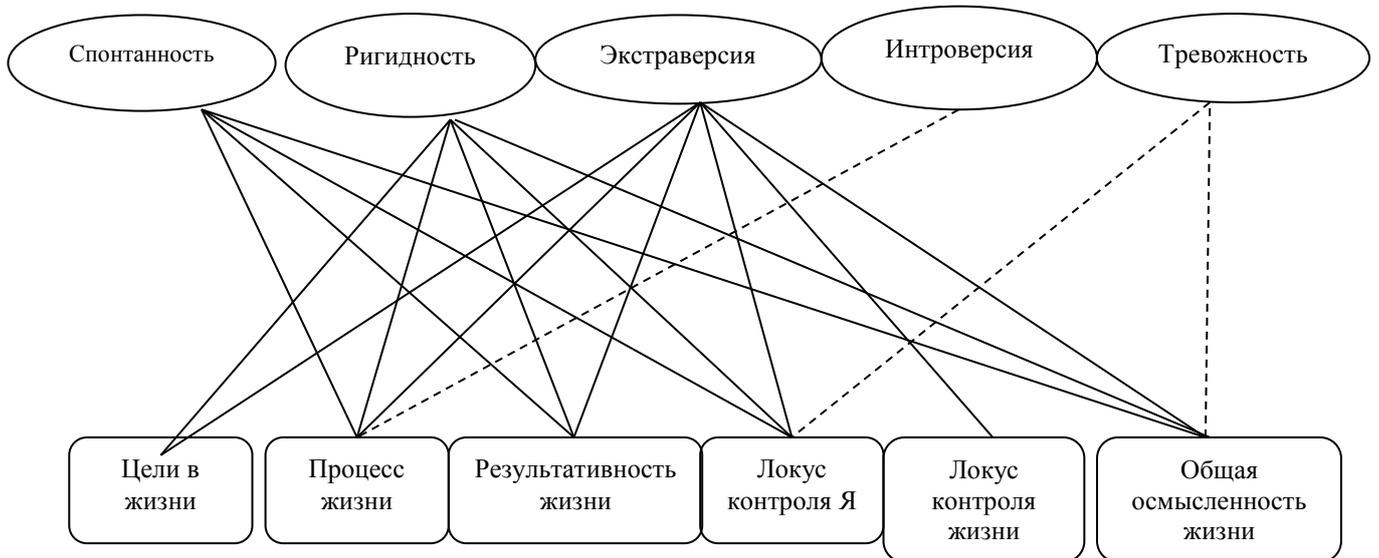
( $r=0,27$ ) (рисунок 15) (Бакуняева, 2017). Значимые отрицательные взаимосвязи ( $p<0,05$ ) найдены между интроверсией и показателем СЖО «процесс жизни» ( $r=-0,27$ ), тревожностью и показателем СЖО «результативность жизни» ( $r=-0,30$ ), «локус контроля жизни» ( $r=-0,28$ ) и «общая осмысленность жизни» ( $r=-0,27$ ).



**Рисунок 15.** Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей индивидуально-типологических особенностей и показателей смыслового жизненного ориентирования спортсменов с невысоким уровнем профессиональной успешности

Таким образом, у спортсменов с невысоким уровнем профессиональной успешности стеничный тип реагирования взаимосвязан с эмоциональной насыщенностью жизни. По мере возрастания стеничности и снижения тревожности этих спортсменов более выраженной становится и интегральный показатель «общая осмысленность жизни». Следует отметить, что к рассматриваемой группе относятся, прежде всего, молодые спортсмены (от 15 до 18 лет), которые находятся на этапах вхождения в профессию и углубленной специализации. Возможно, именно поэтому показатель тревожности имеет отрицательные взаимосвязи с их локусом контроля, оценкой своей результативности и общей осмысленностью жизни. Предполагается, что для спортсменов, находящихся на этом этапе тревожность негативно влияет на оценку собственной результативности и уверенности в своих силах.

У спортсменов со средним уровнем профессиональной успешности отмечается наибольшее количество статистически значимых взаимосвязей между показателями смысловых ориентаций и индивидуально-типологическими особенностями (рисунок 16).



**Рисунок 16.** Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей индивидуально-типологических особенностей и показателей смысловых ориентаций у спортсменов со средним уровнем профессиональной успешности

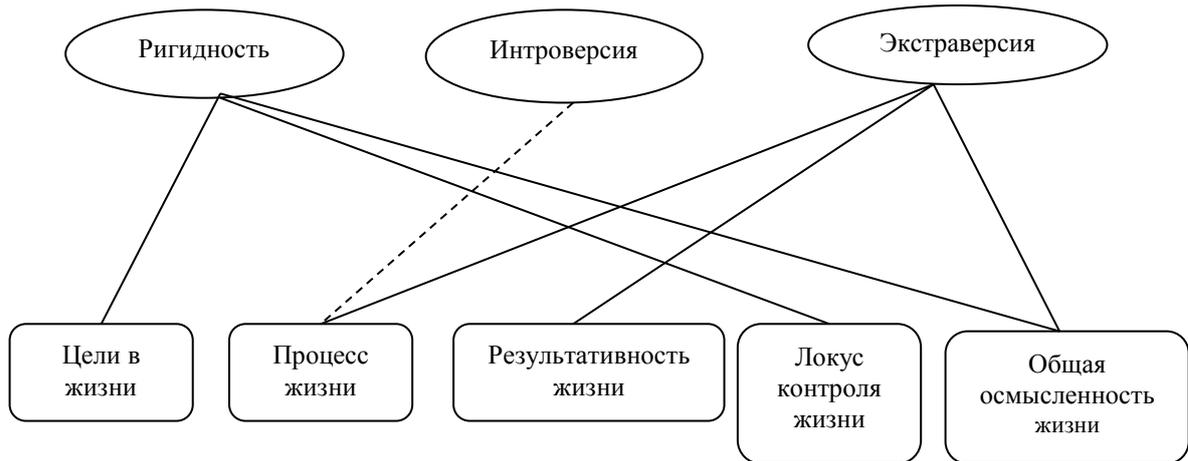
Были выявлены значимые положительные взаимосвязи ( $p < 0,05$ ) между экстраверсией и ригидностью и всеми показателями СЖО, включая интегральный показатель, а также между спонтанностью и такими показателями СЖО, как: «процесс жизни» ( $r=0,17$ ), «результативность жизни» ( $r=0,2$ ), «локус контроля Я» ( $r=0,15$ ) и «общая осмысленность жизни» ( $r=0,18$ ). Значимые отрицательные взаимосвязи ( $p < 0,05$ ) найдены между интроверсией и эмоциональной насыщенностью жизни («процесс жизни»,  $r=-0,15$ ), тревожностью и интернальностью локуса контроля («локус контроля Я»,  $r=-0,18$ ), а также интегральным показателем («общая осмысленность жизни»,  $r=-0,13$ ). То есть, у спортсменов этой группы такие индивидуально-типологические особенности, как спонтанность, ригидность и экстраверсия, положительно взаимосвязаны с эмоциональной насыщенностью жизни, удовлетворенностью самореализацией,

представлением о себе как о сильной личности, убежденностью в управляемости жизнью. Такие индивидуально-типологические особенности, как тревожность и интроверсия, отрицательно взаимосвязаны с эмоциональной насыщенностью жизни, представлением о себе как о сильной личности, осмысленностью жизни.

Наибольшее количество статистически значимых взаимосвязей индивидуально-типологических особенностей и показателей смысложизненных ориентаций у спортсменов со средним уровнем профессиональной успешности может объясняться тем, что в эту группу входят преимущественно спортсмены в возрасте от 19 до 22-х лет, находящиеся на переходном этапе от стадии углубленной специализации к стадии мастерства и начала высоких достижений в профессии. При переходе юниоров в основной состав национальных сборных требования социума к ним как к профессионалам существенно ужесточаются, вследствие чего изменяется иерархия смысложизненных ориентаций. Более значимыми индивидуально-типологическими особенностями становятся не столько стеничность, сколько умение быстро принимать решение («спонтанность»), устойчивость собственных установок («ригидность»), коммуникативность («экстраверсия»), которые положительно взаимосвязаны с такими показателями СЖО, как «процесс жизни», «результативность жизни», «локус контроля Я», «локус контроля жизни» и интегральным показателем «общая осмысленность жизни». То есть, как и для всей выборки в целом, гипертимный («сильный») тип поведения у спортсменов данной группы способствует большей выраженности указанных выше показателей смысложизненных ориентаций. Личностная тревожность имеет меньше значимых отрицательных взаимосвязей со смысложизненными ориентациями, чем у спортсменов с невысокой успешностью и коррелирует с показателями СЖО «локус контроля Я» и «общая осмысленность жизни».

У спортсменов с высоким уровнем профессиональной успешности (рисунок 17) значимые положительные взаимосвязи ( $p < 0,05$ ) выявлены между экстраверсией и показателями СЖО «процесс жизни» ( $r = 0,29$ ), «результативность

жизни» ( $r=0,28$ ) и «общая осмысленность жизни» ( $r=0,17$ ); между ригидностью и показателями СЖО «цели в жизни» ( $r=0,29$ ), «локус контроля жизни» ( $r=0,2$ ) и «общая осмысленность жизни» ( $r=0,23$ ). Значимые отрицательные взаимосвязи ( $p<0,05$ ) найдены между интроверсией и эмоциональной насыщенностью жизни («процесс жизни»  $r=-0,17$ ).

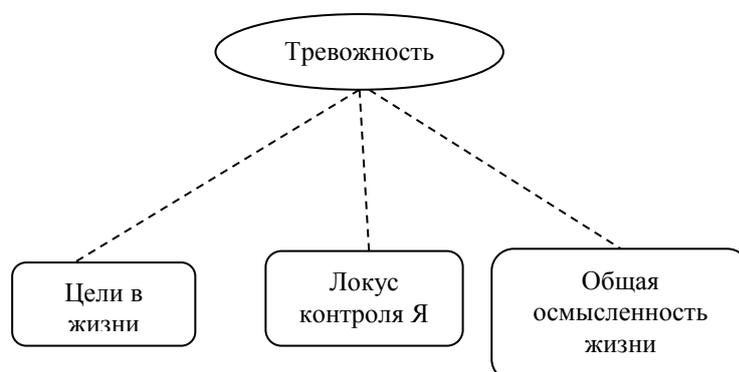


**Рисунок 17.** Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей индивидуально-типологических особенностей и показателей смысложизненных ориентаций спортсменов с высоким уровнем профессиональной успешности.

Таким образом, у спортсменов данной группы при ригидном типе реагирования наблюдается большая выраженность таких показателей СЖО, как «цели в жизни», «локус контроля жизни» и «общая осмысленность жизни». Чем выше показатели экстраверсии, тем более вероятна удовлетворенность собственной самореализацией, эмоциональной насыщенностью жизни и общая осмысленность жизни. Отметим, что у спортсменов данной группы показатель тревожности не имеет значимых взаимосвязей с показателями смысложизненных ориентаций. Вместе с тем, отрицательные взаимосвязи показателя интроверсии с удовлетворенностью эмоциональной насыщенностью жизни (своим настоящим) сохраняются.

У спортсменов с очень высоким уровнем профессиональной успешности (рисунок 18) значимыми оказались только отрицательные взаимосвязи ( $p<0,05$ ) показателя тревожности и наличием целей на будущее («цели в жизни»,  $r=-0,31$ ),

«локусом контроля Я» ( $r=-0,32$ ) и интегральным показателем «общая осмысленность жизни» ( $r=-0,32$ ).



**Рисунок 18.** Корреляционная плеяда значимых взаимосвязей индивидуально-типологических особенностей и показателей смысложизненных ориентаций спортсменов с очень высоким уровнем профессиональной успешности.

Можно предположить, что у менее тревожных спортсменов данной группы в большей степени развито целеполагание, представление о себе как о сильной личности и степень осмысленности жизни. Возможно, это связано с тем, что к данной группе относятся спортсмены, находящиеся на стадии кульминации и финиша (высокого мастерства в профессии), достигшие пика своих физических и, возможно, психических возможностей. Они находятся под непрерывным и пристальным вниманием социума, что повышает уровень их личной ответственности за полученные результаты. В свою очередь, это ведет к предельной мобилизации психических и физических ресурсов, нарастанию стресса и, как следствие, возрастанию роли саморегуляции своего состояния, которая возможна только при высокой осознанности и осмысленности своих действий и своих эмоций. Высокая степень как личностной, так и ситуативной тревожности зачастую порождает у спортсмена-профессионала мотивацию избегания неудачи, повышенную отвлекаемость на сигналы о возможных ошибках и промахах, большую зону ориентировки из-за «необходимости» отслеживания большего количества альтернатив. Такие спортсмены во время соревнований находятся в режиме непрерывной оценки своих результатов и

любой, пусть даже маленький «сдвиг», снижающий их конкретную способность порождает еще большую тревожность и может привести их к срыву в деятельности и поведения, иными словами – к профессиональным ошибкам. В данном контексте, продолжая линию Ю.Л.Ханина, можно утверждать, что при осознании и осмыслении спортсменом и его тренером «оптимальной зоны тревожности» (в данном контексте когнитивной) возможно улучшение способности к целеполаганию, появление уверенности в себе, как сильной личности и повышение общей осмысленности в целом, что приводит спортсмена к предельной мобилизации и (соответственно) к достижению высокого результата. Скорее всего, для спортсменов данной группы такая «модель» психического обеспечения своей трудовой деятельности может свидетельствовать о профессиональной зрелости спортсменов.

Парадоксальным является факт наличия не только различий, но и определенного сходства в рассматриваемых взаимосвязях. Эти результаты согласуются с положениями ситомогенетической концепции профессионального становления о гетерохронности, неравномерности и цикличности развития субъекта труда в ходе его профессионализации (Поваренков, 2004, 2011). Так, у спортсменов с очень высокой и невысокой профессиональной успешностью тревожность отрицательно коррелирует с показателем «локус контроля Я» и интегральным показателем «общая осмысленность жизни». Однако если у спортсменов с невысоким уровнем профессиональной успешности мы наблюдаем отрицательные взаимосвязи показателя тревожности и удовлетворённости собственной самореализацией, то в группе спортсменов с очень высоким уровнем профессиональной успешности показатель тревожности отрицательно взаимосвязан с наличием целей в жизни. В первом случае высокая тревожность отрицательно сказывается на оценке себя, своих результатов, что, возможно, приводит к возникновению мотивации избегания неудачи, к экономии своих сил, отсутствию склонности к риску и, как следствие, отсутствию хорошего результата. Во втором случае, на этапе пика мастерства (высоких достижений),

высокая тревожность отрицательно сказывается на выраженности показателя СЖО «цели в жизни» (по сути, ключевой для спортсмена-профессионала) и очевидно сказывается на способности спортсмена к целеполаганию.

Таким образом, можно предположить, что чем выше тревожность спортсмена, тем больше он будет испытывать трудности в постановке жизненных и профессиональных целей, тем менее позитивно он будет оценивать свою результативность и иметь меньшую удовлетворенность процессом жизни, что в свою очередь будет сказываться на его общей осмысленности жизни. Наоборот, чем более выражены эти показатели СЖО, тем ниже показатели тревожности. То есть, смысложизненные ориентации выступают своего рода регулятором поведения профессиональной деятельности.

У спортсменов со средним и высоким уровнем профессиональной успешности прослеживается сходство во взаимосвязях показателей смысложизненных ориентаций и таких индивидуально-типологических особенностей как ригидность, экстраверсия и интроверсия. В обоих случаях, чем выше интроверсия, тем ниже удовлетворенность спортсменов процессом жизни; чем выше ригидность, тем выше способность к постановке жизненных целей, уверенность в себе и более выражено представление о себе как о сильной личности, тем более осмысленной представляется жизнь. У спортсменов со средним уровнем профессиональной успешности высокие показатели экстраверсии и ригидности положительно взаимосвязаны со всеми рассматриваемыми показателями смысложизненных ориентаций.

У спортсменов с высоким уровнем профессиональной успешности эти же индивидуально-типологические особенности взаимосвязаны с показателями СЖО несколько иначе. Экстраверсия положительно взаимосвязана с выраженностью таких показателей смысложизненных ориентаций, как «процесс жизни», «результативность жизнью», «общая осмысленность жизни»; ригидность положительно взаимосвязана с выраженностью смысложизненных ориентаций «цели в жизни», «локус контроля Я» и «общая осмысленность жизни». Иными

словами, чем выше экстравертированная направленность личности спортсменов со средним и высоким уровнем профессиональной успешности, тем больше выраженность показателей смысложизненных ориентаций.

Обращает на себя внимание еще один «феномен»: у спортсменов с невысоким, средним и высоким уровнем профессиональной успешности наблюдается сходство в наличии отрицательной взаимосвязи интроверсии и эмоциональной насыщенности жизни. Большая погруженность в мир внутренних переживаний и ценностей может способствовать снижению удовлетворенности эмоциональной насыщенностью жизни. Что несколько противоречит уже имеющимся предположениям об «идеальном профиле личности» спортсмена, где интроверсия выступает в качестве положительного фактора (см гл.2.).

Выявленные сходства в характере некоторых взаимосвязей индивидуально-типологических особенностей и показателей смысложизненных ориентаций у спортсменов с невысоким и очень высоким уровнем профессиональной успешности, а также у спортсменов с невысоким и средним уровнем профессиональной успешности, средним и очень высоким уровнем профессиональной успешности, могут объясняться и особенностью этапов профессионализации. В первом случае респонденты находились на этапе начала или пика (а также финиша) спортивной карьеры, поэтому такой значимой для их смысложизненных ориентаций индивидуально-типологической особенностью является тревожность: у молодых спортсменов низкая тревожность способствует большей выраженности указанных показателей смысложизненных ориентаций, а также помогает удерживаться в рядах национальной сборной; у спортсменов высших достижений низкая тревожность во взаимосвязи с определенными показателями СЖО, очевидно, помогает профессионалам удерживаться в зоне абсолютных пределов, как физических, так и психических и способствует достижению акме. В двух других случаях спортсмены, в большинстве своем, находятся на этапе перехода от одной ступени спортивной карьеры к другой (от начала карьеры к этапу углубленной специализации в избранном виде спорта и от

этапа углубленной специализации к этапу первых высоких достижений). Это согласуется с предположениями Н.Б. Стамбуловой (1995; 1998; 1999) о взаимосвязи психологических факторов профессиональной успешности спортсменов (как на каждом этапе карьеры, так и при переходе от одного этапа к другому).

Таким образом, согласно результатам проведенного исследования, прослеживается явная закономерность между профессиональной успешностью спортсменов и этапами спортивной карьеры. Показано, как меняется характер рассматриваемых взаимосвязей на разных этапах спортивной карьеры или, другими словами, в процессе профессионализации спортсменов.

Полученные результаты привели нас к следующим выводам: взаимосвязи индивидуально-типологических особенностей с показателями СЖО различны у спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности. Наибольшее количество статистических взаимосвязей отмечается у спортсменов со средним уровнем профессиональной успешности, наименьшее – у спортсменов с очень высоким уровнем профессиональной успешности. При этом у спортсменов с очень высоким уровнем профессиональной успешности наблюдаются только отрицательные взаимосвязи показателей тревожности и «цели в жизни», «локус контроля Я» и интегрального показателя «общая осмысленность жизни». Выявлено сходство в характере взаимосвязей индивидуально-типологических особенностей и показателей смысложизненных ориентаций у спортсменов с невысоким и очень высоким уровнем профессиональной успешности, что может свидетельствовать о цикличности профессионального развития спортсменов.

Таким образом, опираясь на полученные результаты, мы пришли к предположению о том, что такие психологические факторы, как смысложизненные ориентации и индивидуально-типологические особенности спортсменов могут быть предикторами их профессиональной успешности.

### 3.6. Смысложизненная функция спортивной травмы

Предполагается, что факт наличия у спортсмена травмы оказывает значимое влияние на профессиональную успешность и выступает в роли кризисного фактора, несущего в себе смыслообразующую функцию.

Следует отметить, что в данной выборке значимых различий между количеством спортсменов, имеющих и не имеющих спортивные травмы среди мужчин и женщин нет (мужчины-спортсмены с травмой – 25%, без травмы- 75%; женщины-спортсмены с травмой – 28%, без травмы – 72%).

Наличие травмы оказывает значимое влияние на профессиональную успешность ( $F=7,8$  при  $p=0,005$ ). У спортсменов, у которых есть травмы, отмечается более высокая успешность, чем у тех, у которых ее нет (Бакуняева, 2016). Однако, надо принимать во внимание тот факт, что данные о перенесенной травме указывались ретроспективно и уровень успешности на момент получения травмы у многих спортсменов уже был высоким: чаще всего спортивная травма встречается у спортсменов, находящихся на этапе высших достижений (а соответственно, более старших по возрасту), чем у спортсменов, находящихся на более ранних этапах спортивной карьеры. Вероятно, это связано с тем, что на этапе высших достижений спортсмен находится в зоне максимальных пределов своих психических и физических ресурсов, основная и высшая его цель – высокий результат (а по возможности, и установление рекорда – личного или мирового), что вынуждает профессионала к большему риску. В то же время, на этапах вхождения в профессию и специализации главная цель молодых спортсменов – удержаться в национальной сборной, показывать стабильные результаты, постепенно наращивая свой потенциал. Скорее всего, именно поэтому молодые спортсмены в меньшей степени склонны к риску, который может привести их к травме. Эти предположения подтверждают результаты статистического анализа, в результате которого было показано, что спортсмены без травмы моложе, чем спортсмены с травмой ( $p<0,01$ ).

Для того, чтобы выявить взаимосвязь, между уровнем успешности и возрастом был проведен корреляционный анализ с помощью рангового коэффициента Спирмена, который показал, что успешность положительно взаимосвязана с возрастом, т.е. чем старше спортсмен, тем он успешнее ( $p < 0,01$ ; таблица 13).

**Таблица 13.**  
*Взаимосвязи между возрастом и успешностью*

Переменные	N	Spearman	p-level
Успешность & возраст	499	0,63**	<0,001

Примечание: \*\* –  $p < 0,01$

Таким образом, из приведенных результатов следует, что сама по себе спортивная травма является независимым и достаточно значимым фактором профессиональной успешности спортсменов. В этой связи, мы пришли к необходимости выявить возможные различия в смысловых ориентациях и индивидуально-типологических особенностях спортсменов с наличием спортивной травмы и без нее. Однако значимых различий выявлено не было (Приложение 18).

Было выявлено, что у спортсменов без травм на профессиональную успешность оказывают положительное влияние показатели СЖО «локус контроля жизни» ( $\beta = 0,21$  при  $p = 0,01$ ) и «цели в жизни» ( $\beta = 0,2$  при  $p = 0,03$ ). У спортсменов с опытом спортивной травмы на профессиональную успешность оказывает влияние такой показатель СЖО, как «цели в жизни» ( $\beta = 0,17$  при  $p = 0,05$ ).

Согласно результатам лонгитюдного исследования, у спортсменов, у которых в динамике не произошли изменения, связанные со спортивной травмой, выявлена значимая положительная динамика по таким показателям СЖО, как «цели в жизни» ( $p < 0,01$ ), и «локус контроля жизни» ( $p < 0,01$ ) и значимая отрицательная динамика показателя «результативность жизни» ( $p < 0,001$ ).

(приложение 19). У тех спортсменов, у которых изначально в анамнезе спортивная травма была, а спустя 4 года повторной травмы не получали, была выявлена значимая положительная динамика показателя СЖО «цели в жизни» ( $p < 0,03$ ) и значимая отрицательная динамика показателя «результативность жизни» ( $p < 0,005$ ). У спортсменов, у которых при первом замере спортивной травмы не было, но спустя 4 года, они ее получили, была выявлена значимая отрицательная динамика показателя «результативность жизни» ( $p < 0,0431$ ).

Также представляются интересными данные о том, что у спортсменов с наличием спортивной травмы на планируемую длительность соревновательной активности оказывают влияние такие показатели СЖО, как «результативность жизни» ( $p < 0,001$ ) и «общая осмысленность жизни» ( $p < 0,01$ ). Спортсмены с опытом спортивной травмы планируют закончить спортивную карьеру позже, если у них достаточно высоко выражена общая осмысленность жизни, при более низкой оценке результативности жизни. Однако свое дальнейшее профессиональное будущее, по окончании соревновательной активности, они видят вне связи со спортом. Эти результаты согласуются с выводами, к которым мы пришли в ходе интервью со спортсменами, перенесшими травму.

Основываясь на данных, полученных нами с помощью метода интервью, мы пришли к выводу о том, что опыт перенесения спортсменом спортивной травмы может оказывать на его профессиональную успешность как негативное, так и положительное влияние.

В первом случае, по наблюдениям самих спортсменов их профессиональная успешность снизилась после того, как они получили травму. На процесс реабилитации и последующее возвращение в спорт большое влияние, с их слов, оказывало значимое социальное окружение (семья и тренер). По мнению спортсменов, продолжение их профессиональной карьеры было поставлено под сомнение и тренером, и семьёй. Сомнения окружающих в возможности успешного возобновления занятий спортом постепенно переходят во «внутренние» сомнения спортсмена в себе и своих ресурсах. Это лишний раз

подтверждает высокую значимость социальной поддержки спортсмена в период реабилитации, которая была показана в ряде исследований. Респонденты также отмечали, что из-за страха получить новую травму и неизбежной перспективы завершения спортивной карьеры они в меньшей степени стали «выкладываться» во время тренировочного и соревновательного процессов. Иными словами, из-за страха снова получить травму спортсмены перестали находиться в зоне оптимальных пределов (как физических, так и психических), у них доминировала мотивация избегания неудачи, что, в свою очередь, повлекло за собой снижение их соревновательной успешности. Следует также отметить, что страх получения повторной травмы зачастую провоцировал спортсменов на ошибочные действия, приводящие, в итоге, к ней. Мы предполагаем, что страх получить новую травму не только приводил спортсменов к профессиональным ошибкам (зачастую нелепым, свойственным новичкам), но и в какой-то степени побуждал их совершить все эти ошибочные действия, чтобы «приблизить» ситуацию травмы и таким образом перестать находиться в ситуации «ожидания травмы».

Пример из практики: титулованная спортсменка, представительница велоспорта накануне и во время ответственных соревнований трижды (за период в 3 месяца) получила спортивную травму (сотрясение головного мозга легкой и средней степени тяжести; ушиб и разрывы мягких тканей передней и задней поверхности бедра); все три раза лечилась стационарно. После третьего случая перенесения спортивной травмы обратилась за помощью к психологу. У спортсменки преобладал иррациональный подход к ситуации переживания спортивной травмы, доминировала мотивация избегания неудачи. Главный запрос: «как продолжать спортивную деятельность, если я боюсь снова упасть?». В ходе работы со спортсменкой по рационализации ее страха выяснилось, что даже на тренировках, чем больше страх падения овладевал ею, тем быстрее она совершала непосредственно техническую ошибку, неизбежно приводящую к падению. Во время работы со спортсменкой ею было отмечено также, что значимо снизилась не только мотивация достижения, но и мотивация к занятию

спортом в целом (в чем она очень боялась себе признаться), а также преобладал внешний локус контроля (в ситуации травмы она преимущественно винила соперниц и даже сокомандников). В результате работы спортсменка научилась принимать ответственность за себя и результаты своей деятельности, правильно и конкретно формулировать и ставить перед собой цели, рационально относиться к такой неизбежной части ее профессии, как риск спортивного травматизма. Через несколько месяцев после завершения работы с психологом, спортсменка выиграла несколько соревнований подряд (всероссийского и международного уровня). При этом она отметила, что до этого никогда не была лидером в таких серьезных гонках.

Во втором случае спортсмены отмечали большой вклад значимого социального окружения в процесс реабилитации. По их мнению, поддержка семьи и тренера, отсутствие сомнений с их стороны в том, что спортсмен сможет вернуться в спорт высших достижений, помогла им не только успешно пройти реабилитацию, но и в отдельных случаях повысить свою профессиональную успешность. Например, спортсмены отмечали, что до получения ими спортивной травмы их соревновательная успешность была ниже (в некоторых случаях значительно ниже), чем после нее (в некоторых случаях спортсменам в сжатые сроки удавалось добиться спортивного звания мастера спорта международного класса, будучи до этого кандидатами в мастера спорта, а также звания заслуженного мастера спорта, будучи до ситуации травмы мастерами спорта). Сам опыт перенесения ими травмы заставил и самого спортсмена, и его тренера пересмотреть подходы к тренировочному процессу, а также к технике спортсмена, которой он придерживался во время выступлений. В тандеме с тренером спортсмены разрабатывали новую программу тренировок, разбирали ошибки, приведшие к травме, пересматривали тактику и стратегию действий на время соревнований. Отдельного внимания заслуживает тот факт, что, со слов респондентов, ситуация травмы заставила их задуматься о том, что рано или поздно им придется завершить свою спортивную карьеру, и возможно даже в

ближайшем будущем. Именно осознание, осмысление «конечности» своей профессии подстегнуло их к возникновению желания, и (как следствие) мотивации «уйти достойно», успев еще показать высокие результаты. В данной группе респонденты отмечали, что улучшилась не только их профессиональная успешность, но и изменилось их самоотношение. Они приобрели большую уверенность в себе и своих силах, в то время как в первом случае спортсмены были убеждены, что помимо них самих существует множество внешних факторов, способных не только повлиять на их результат, но и привести к травме. Иными словами, в первом случае после травмы локус контроля спортсменов становится более экстернальным, а во втором – интернальным. Это предположение согласуется с уже полученными данными о том, что у более успешных спортсменов локус контроля более интернальный.

Приведенные примеры демонстрируют два разных типа психологического отношения к ситуации спортивной травмы (как со стороны самого спортсмена, так и его социального окружения). В одном случае ситуация травмы воспринимается спортсменом как угрожающая его карьере и приводит его к мотивации избегания неуспеха, в другом – эта же ситуация воспринимается спортсменом (и его тренером) как ситуация «вызова» и актуализирует мотивацию достижения.

При сравнении показателей смысложизненных ориентаций перенесших травму спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности (приложение 20) было выявлено, что у спортсменов с высоким уровнем профессиональной успешности отмечаются более высокая выраженность показателей смысложизненных ориентаций «цели в жизни», чем у спортсменов со средним и невысоким уровнем профессиональной успешности ( $p < 0,05$ ). Как было описано ранее именно наличие определенных целей на будущее придает спортсменам, перенесшим травму большую уверенность в себе, в завтрашнем дне и побуждает к достижению высокого результата. Эти данные, на наш взгляд, согласуются с результатами других исследований, в том числе предложенной

К.Эймсом моделью восстановления спортсмена после травмы, основой которой являются именно целеполагание и включенность спортсменов в решение задач (Ames, 1992); а также с данными интервью самих спортсменов. Успешное возвращение в спорт после травмы, как правило, связано с правильной постановкой спортсменом и его тренером целей. Как нами уже отмечалось выше, отсутствие у спортсмена конкретных целей в жизни фрустрирует его и снижает профессиональную успешность. Однако, под целями в жизни, как правило, спортсменами понимается «нацеленность» на предстоящие старты, то есть – на соревновательную активность, а значит – на ближайшее будущее. Отсутствие перспективы вернуться в спорт может перечеркивать для спортсмена и значимость иных сфер жизни. При рассмотрении нами выше проблемы наличия или отсутствия профессиональных и жизненных планов спортсменов, нами было показано, что всего 2% женщин-спортсменок готовы посвятить себя семье после завершения спортивной карьеры.

Нельзя не привести в пример случай из практики: титулованная спортсменка оказалась в отделении реабилитации в связи с полученными травмами. Согласно анамнезу, спортсменка недавно вернулась в спорт из декретного отпуска. В виду имеющегося заболевания ставился вопрос о возможности вернуться в спорт. Как отмечала сама спортсменка, эта новость ее шокировала и сильно огорчила, ее «охватил страх» и мучили вопросы «почему это случилось со мной?» и «Что же дальше? Как я дальше без спорта?». При этом, сама спортсменка отмечала с одной стороны, что «есть маленький ребенок», которого она практически не видит и это «должно быть смыслом жизни», однако она подчеркнула, что даже факт материнства все же отошел для нее на второй план, а на первый план выступала ориентация на достижения. Спортсменка отмечала «спорт для меня – это все, я не могу представить себя без спорта». Несмотря на такое смысложизненное отношение к своей профессии, всепоглощенность ею (когда профессионал фактически «выключается» из всех других сфер жизни), тем не менее, наблюдается экстренальность локуса контроля

(«почему я?»)- своя доля ответственности сводится к минимуму, факт выздоровления также практически полностью возлагался на плечи врачей), а также отсутствие «целей в жизни», что привело к утрате жизненного смысла и высокой фрустрации. Также, конечно, следует отметить, что спортсмены, в особенности титулованные спортсмены, находятся под пристальным вниманием общества, а перспектива завершить спортивную карьеры для многих означает, что их «забудут». В ходе работы спортсменка пересмотрела «роль травмы» на данном этапе жизненного пути, в связи, с чем были несколько смещены акценты в «жизненных приоритетах». Велась работа по постановке жизненных целей на более долгосрочную перспективу, с целью убеждения, что жизнь после спорта есть, что можно также оставаться социально полезным вне соревновательной активности (будь то тренерская или научная работа, популяризация здорового образа жизни и массового любительского спорта и т.д.).

Вышеизложенные результаты позволяют нам прийти к выводу о том, что рассматриваемый нами фактор спортивной травмы является не только объективным физическим и медицинским критерием, ограничивающим возможности спортсмена, но еще и выступает в роли психологического критерия, играющего неоднозначную роль в профессиональной успешности спортсменов. Именно факт переживания травмы оказывается решающим в дальнейшем формировании отношения спортсмена к процессу реабилитации, к себе и своим возможностям, а также к формированию той или иной стратегии совладания. Ситуация травмы выступает кризисная ситуация, когда ломается привычный уклад жизни спортсмена, в результате чего у него образуются новые смыслы, или наоборот, утрачиваются. Высокий уровень мотивации спортсменов высших достижений, их желание быстрее вернуться к своей профессиональной деятельности, правильная социальная поддержка способствуют более успешному и быстрому преодолению сложного процесса реабилитации. Тем не менее, ряд исследований показывает, что от 10% до 20% спортсменов крайне тяжело

переживают травму и им необходима профессиональная помощь (Зинченко, Тоневицкий, 2011, с.334).

Таким образом, нами были выделены следующие виды отношения к спортивной травме и как следствие к своей профессии:

- когда спортивная травма оказывает негативное влияние на профессиональную успешность, преобладает тип отношения «жертва»: спортсмен воспринимает себя как жертву ситуации, в результате чего у него возникает демотивация к высоким достижениям и к спорту в целом;
- когда спортивная травма оказывает положительное влияние на профессиональную успешность, условно выделяются следующие типы отношения к травме и профессии в целом:
  - спортивная травма и возвращение в спорт воспринимаются как «вызов» и самопреодоление
  - спортивная травма способствует осмыслению конечности спортивной профессии, в результате чего «запускается» мотивация «уйти достойно», уйти победителем, а не побежденным
  - возвращение в спорт после травмы продиктовано желанием оправдать возложенное на спортсмена доверие со стороны значимого социального окружения (тренера, семьи)
  - спортивная травма способствует осмыслению спортивной профессии, в ситуации переживания спортивной травмы обретается смысл спортивной профессии (в особенности такой тип отношения проявляется в случаях, когда до травмы спортсмен был одним из многих и относился к спортивной профессии преимущественно как средству достижения материальных и социальных благ, а после травмы его соревновательная успешность значительно улучшилась за счет приобретения смысла спортивной профессии, осознания ее морально-нравственной составляющей).

Таким образом, спортивная травма оказывает влияние на профессиональную успешность спортсменов, однако это влияние неоднозначно.

В зависимости от того как проходил процесс реабилитации спортсмена, а также от его социальной поддержки и выбранной им стратегии совладания, опыт спортивной травмы может оказывать как негативное, так и положительное влияние на профессиональную успешность спортсменов высших достижений. Важной психологической детерминантой успешной реабилитации, а также успешного возобновления профессиональной деятельности является способность спортсмена к целеполаганию, а также интернальность локуса контроля. Спортивная травма несет в себе смысло-жизненную функцию: в одних случаях она становится источником смыслообразования и постановки жизненных целей, в других – ведет к их утрате.

### **3.7. Системная модель психологических факторов профессиональной успешности**

Опираясь на положение о том, что спортивная деятельность представляет собой сжатую модель жизни, видится необходимым рассмотрение вопроса о том, как этап предшествующий началу профессионализации (мотивы выбора спортивной карьеры) связан с психологическими факторами успешной профессионализации спортсменов, а также с этапом жизни после спорта (наличия или отсутствия у спортсменов определенных профессиональных и жизненных планов по завершению спортивной карьеры).

Как было показано ранее, проведенный дисперсионный анализ показал, что мотивы выбора вида спорта оказывают влияние на смысло-жизненные ориентации спортсменов. У спортсменов с внешними ситуационными мотивами выбора на профессиональную успешность оказывает влияние такая смысло-жизненная ориентация, как «локус контроля жизни»: убежденность контролировать свою жизнь и свободно принимать решения. В то время как для профессиональной успешности спортсменов, пришедших в спорт, руководствуясь внутренними мотивами или внешними социальными мотивами, а также мотивами укрепления здоровья, значимо наличие «цели в жизни». В свою очередь, смысло-жизненные

ориентации оказывают влияние на профессиональные планы спортсменов, это влияние проявляется в планируемой длительности соревновательной активности, а также в планировании своего профессионального будущего после завершения спортивной карьеры. У спортсменов, не имеющих спортивных травм, при большей удовлетворенностью эмоциональной насыщенностью жизни («процесс жизни»,  $p < 0,01$ ) проявляются профессиональные планы, связанные со спортом. Спортсмены с наличием спортивной травмы позже планируют закончить спортивную карьеру, если у них достаточно высоко выражена «общая осмысленность жизни» ( $p < 0,05$ ), однако свое дальнейшее профессиональное будущее, по окончании соревновательной активности, они видят вне связи со спортом. Было также выявлено, что у мужчин и женщин смысло-жизненные ориентации по-разному влияют на профессиональные планы.

Исходя из изложенных результатов с помощью путевого анализа (Приложение 24), была создана структурная модель, отражающая специфику влияния различных факторов на профессиональную успешность представителей разных видов спорта высших достижений (Приложение 25) (Бакуняева, 2015). Ниже представлено графическое решение путевого анализа данной модели (рисунок 15).

Анализ путей осуществлялся с помощью программы IBM Amos 22.0 Windows (приложение 21, 22). Степень соответствия созданной модели экспериментальным данным оценивали по критериям:

- CMIN (df) –  $\chi^2$  для заданного числа степеней свободы;
- CFI (comparative fit index) – сравнительный критерий согласия;
- GFI (the goodness-of-fit index) – критерий согласия;
- NNFI (the non-normed fit index) – критерий согласия с поправкой на ненормальность распределения;
- IFI (incremental fit index) – инкрементный критерий согласия;
- RMSEA (the root mean square error of approximation) – квадратный корень среднеквадратической ошибки аппроксимации.

На хорошее соответствие модели указывают значения RMSEA в пределах 0,08-0,05, CMIN/(df) <2 (Наследов А.Д., 2013; Kline R.B., 2011), а также GFI, NNFI, IFI и CFI в пределах от 0 до 1, причем, чем ближе к 1, тем лучше соответствие модели (Bentler P.M., Bonnett D.G., 1980; Hoyle R.H., Panter A.T., 1995) (таблица 14).

В ходе анализа путей была реализована модель, которая включала в себя только высоко специфичные для данной выборки переменные: осмысленность жизни, процесс, агрессивность, мотивы выбора вида спорта, пол, наличие травмы, вид спорта, успешность, профессиональные планы и профессиональная активность (рисунок 15).

**Таблица 14**  
*Критерии согласованности эмпирической модели*

Модель	CMIN	df	CMIN/DF	GFI	NNFI	IFI	CFI
1	76,9	47	1,63	0,97	0,9	0,96	0,96

Полученные результаты путевого анализа для созданной модели показали хорошее соответствие теоретической модели. Как видно из таблицы 11 критерий CMIN/DF < 2, коэффициенты GFI, NNFI, IFI и CFI близки к 1, что указывает на достаточно высокое соответствие. А наиболее робастный критерий RMSEA (0,036) также показал очень высокое соответствие модели.

Анализ регрессионных нагрузок (путевых коэффициентов) показал, что самый большой вклад в изменчивость профессиональной успешности вносит фактор спортивной травмы (0,2), а самый минимальный – факторы «вид спорта» (-0,1), «агрессивность» (-0,1) и «общая осмысленность жизни» (0,1) (см. Приложение 12). Однако, в этом случае рассматривалась прямое влияние. Если рассматривать с точки зрения декомпозиции влияния, при разложении на не прямые влияния со стороны фактора «осмысленность жизни», то можно получить следующие путевые коэффициенты:

Мотив выбора вида спорта → Осмысленность жизни → Профессиональная успешность =  $0,523 * 0,1 = 0,05$ .

Процесс жизни → Осмысленность жизни → Профессиональная успешность =  $2,537 * 0,1 = 0,25$ .

Полное не прямое влияние =  $(0,05 + 0,25) = 0,3$ .

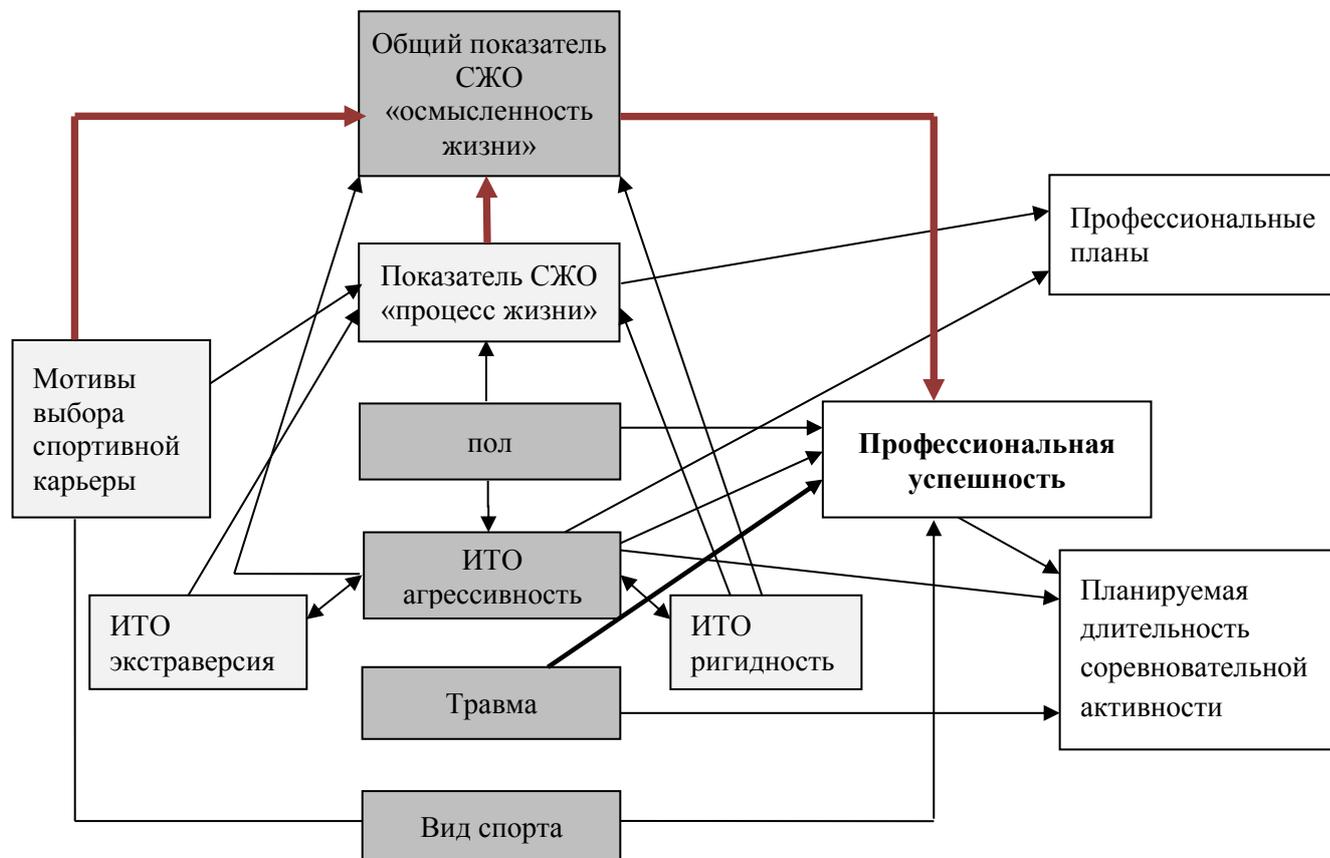
Полное каузальное влияние =  $0,3 + 0,1 = 0,4$ .

Исходя из данных вычислений, выявлено, что фактор «осмысленность жизни», при учете влияния на нее факторов «мотива выбора спорта» и «процесс жизни» (эмоциональная насыщенность жизни), будет оказывать более сильное не прямое влияние (0,3), а если учитывать полное каузальное влияние, то влияние интегрального показателя «осмысленность жизни» становится сильнее и составляет 0,4.

Таким образом, при выявлении переменных оказывающих наибольшее влияние на профессиональную успешность спортсмена, необходимо рассматривать целую модель независимых переменных, так как отдельно взятая переменная будет давать минимальный путевой коэффициент. Эти результаты лишней раз подтверждают, что при изучении факторов профессиональной успешности в спорте высших достижений необходимо придерживаться принципа системности. Поскольку каждый отдельно взятый фактор (будь то психологический или непсихологический) показав свою значимость в профессиональной успешности спортсменов, может частично или полностью утратить эту значимость, находясь в связи с иными факторами, образующих собой систему предикторов, а в отдельных случаях и детерминант профессиональной успешности в спорте высших достижений.

Исходя из результатов путевого анализа, профессиональное прошлое спортсменов (мотивы выбора спортивной карьеры), опосредованно, через смысловые ориентации, влияют на их профессиональную успешность, которая под влиянием исследуемых факторов в свою очередь опосредствует их

профессиональное будущее – профессиональные планы и планируемую длительность соревновательной активности (рисунок 19).



**Рисунок 19.** Системная модель факторов профессиональной успешности в спорте высших достижений.

■ \* – факторы, оказывающие прямое влияние; □ – факторы, оказывающие опосредованное влияние

➔ \* наиболее сильное опосредованное влияние (путевой коэффициент = 0,4);

➔ наиболее сильное прямое влияние (путевой коэффициент = 0,2)

В данной модели подтвердилось влияние индивидуально-типологических особенностей спортсменов на показатели смысловых ориентаций. Однако не все рассматриваемые в исходной модели индивидуально-типологические особенности оказывали такое влияние. Экстраверсия и ригидность, находящиеся во взаимосвязи с агрессивностью (стеничностью, волевой активностью) опосредствованно влияют на профессиональную успешность. В свою очередь агрессивность, ригидность и экстраверсия оказывают влияние на эмоциональную насыщенность жизни («процесс жизни») и «осмысленность жизни» и

опосредованно через них влияют на успешность спортсменов. Мы видим, что не все рассматриваемые в исходной теоретической модели факторы успешности значимы для данной модели. Утратил свою значимость для данной модели возраст спортсменов.

Резюмируя вышеизложенное можно полагать, что для достижения пика мастерства в спорте высших достижений необходимо изначально руководствоваться внутренними мотивами выбора карьеры, быть удовлетворенным процессом жизни, иметь высокий уровень осмысленности жизни, экстраверсии, стеничности и ригидности, что в свою очередь будет способствовать наличию определенной картины своего дальнейшего профессионального будущего по завершению соревновательной деятельности. В данной модели одно из центральных мест занимают смысложизненные ориентации, которые опосредствуют профессиональную успешность в тесной связи с такими психологическими факторами, как индивидуально-типологические особенности и мотивы выбора спортивной карьеры.

Развитие профессионального спортсмена видится в детерминации прошлым, настоящим и будущим, где прошлое, выступает в виде условий, причинности (мотивы выбора спортивной карьеры); настоящее характеризуется функциональной зависимостью (связь показателей СЖО и ИТО, их влияние на профессиональную успешность); будущее выступает в виде целей, зачатков будущего (планируемая длительность соревновательной активности, профессиональные и жизненные планы). Предложенная модель системы факторов по своей сути отражает сжатую структуру профессионализации в спорте высших достижений и может послужить теоретической основой для профессионального отбора в национальные сборные, а также прогнозирования соревновательной успешности. Поскольку результаты исследования показали, что профессиональная деятельность спортсменов имеет для них смысложизненное значение, и именно осмысленность жизни и наличие определенных целей на будущее способствуют успешности профессиональной деятельности, то

отдельного внимания и изучения требует вопрос наличия и развития у спортсменов способности постановки жизненных целей, в особенности в вопросе «жизнь после спорта».

## ВЫВОДЫ

1. При наибольшей выраженности показателей смысложизненных ориентаций наблюдаются высокий и очень высокий уровень профессиональной успешности спортсменов-представителей спорта высших достижений. У спортсменов со средней и низкой выраженностью показателей смысложизненных ориентаций отмечается одинаковый, а именно средний уровень профессиональной успешности.

2. Спортсмены с высоким и очень высоким уровнем профессиональной успешности, имеющие высокие показатели смысложизненных ориентаций и относящиеся к своей профессии как смыслу жизни, в меньшей степени склонны субъективно положительно оценивать свою спортивную результативность, а также в меньшей степени удовлетворены собственной самореализацией в спорте высших достижений. Спортсмены с меньшей выраженностью показателей смысложизненных ориентаций и средним уровнем профессиональной успешности относятся к своей профессии преимущественно как средству достижения материальных благ, в большей степени склонны преувеличивать свои спортивные результаты, а также в большей степени удовлетворены собственной самореализацией в спорте высших достижений.

3. У спортсменов, находящихся на этапе перехода от стадии углубленных тренировок в избранном виде спорта к стадии первых больших достижений (19-22 года) и у спортсменов, находящихся на этапе высших достижений (23-26 лет), более высокая направленность на события будущего («цели в жизни») и убежденность в способности контролировать события своей жизни («локус контроля жизни») способствуют большей профессиональной успешности ( $p < 0,01$ ). У спортсменов, находящихся на этапе перехода к завершению спортивной карьеры, удовлетворенность собственной реализацией оказывает отрицательное влияние на профессиональную успешность ( $p < 0,001$ ; коэффициент детерминации = 77%).

4. При сравнении средних значений и стандартных отклонений по опроснику «Смыслжизненные ориентации» у спортсменов разных возрастных групп между мужчинами и женщинами значимой разницы не выявлено, что подчеркивает специфичность спортивной профессии. Нормативные границы по шкале СЖО «результативности жизни» несколько ниже ( $29,56+3,40$ ), чем те, которые были представлены автором опросника. Невысокие значения показателя СЖО «результативность жизни» могут служить положительным прогностическим критерием для профессиональной успешности спортсменов.

5. Специфика вида спорта определяет значимость тех или иных смысложизненных ориентаций для профессиональной успешности. На профессиональную успешность представителей тяжелой атлетики и велоспорта-ВМХ оказывает положительное влияние ориентация на события будущего ( $p<0,001$ ); представителей парусного спорта ( $p<0,001$ ) и велоспорта-шоссе ( $p<0,01$ ), – общая осмысленность жизни; представителей велоспорта МТБ – интернальность локуса контроля ( $p<0,01$ ), а также эмоциональная насыщенность текущего процесса жизни ( $p<0,001$ ).

6. Мотивы выбора конкретного вида спорта оказывают влияние на смысложизненные ориентации спортсменов ( $p<0,01$ ). Наличие определенных целей на будущее позитивно влияет на профессиональную успешность спортсменов с ситуационными или социальными побуждениями, мотивами самостоятельного выбора, а также мотивами укрепления здоровья. В свою очередь, смысложизненные ориентации спортсменов оказывают влияние на их дальнейшие профессиональные планы по завершению спортивной карьеры( $p<0,01$ ): при более высоких показателях интернальности локуса контроля жизни у спортсменов отмечаются профессиональные планы, не связанные со спортом.

7. Взаимосвязи индивидуально-типологических особенностей со смысложизненными ориентациями различны у спортсменов с разной профессиональной успешностью. Меньше всего связей отмечается у спортсменов

с очень высоким уровнем профессиональной успешности. Значимыми оказались только отрицательные взаимосвязи ( $p < 0,05$ ) показателя тревожности и таких показателей смысложизненных ориентаций, как: «цели в жизни» ( $r = -0,31$ ), «локус контроля Я» ( $r = -0,32$ ) и «осмысленность жизни» ( $r = -0,32$ ). Парадоксальным является факт схожей картины рассматриваемых взаимосвязей у спортсменов с невысоким уровнем профессиональной успешности, что свидетельствует о цикличности спортивной спортивного результатов.

8. Спортивная травма оказывает значимое влияние на профессиональную успешность представителей спорта высших достижений ( $p < 0,05$ ). На профессиональную успешность спортсменов, имеющих спортивную травму, оказывает влияние ориентация на события будущего ( $p < 0,05$ ). У спортсменов с высоким уровнем профессиональной успешности отмечается более высокая выраженность ориентации на события будущего, чем у спортсменов со средней и невысокой успешностью. Наличие определенных целей на будущее придает спортсменам, перенесшим травму, большую уверенность в себе, завтрашнем дне и побуждает к достижению высоких результатов.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассмотрение спорта как профессии является новым направлением в области психологии труда и требует теоретической проработки. Такие особенности спортивной профессии, как ранняя профессионализация, короткая продолжительность спортивной карьеры (в среднем 10,5 лет), непрерывное нахождение спортсмена в зоне оптимальных физических и психических нагрузок, высокий риск травматизма, раннее и возможное внезапное завершение профессиональной деятельности, изолированность от иных сфер жизни и другие делают данную профессию отличной от других. Спорт – один из немногих видов трудовой деятельности, предполагающий раннее начало трудового стажа, официального зарегистрированного в соответствующих нормативных документах. Спортивная карьера по своей сути представляет не только сжатую модель профессионализации, но и сжатую модель жизни. Все указанные особенности говорят о том, что спортивная профессия является уникальным, специфичным видом трудовой деятельности, в которой реализуется стремление к абсолюту. Постоянное нахождение спортсмена как субъекта труда на пределе своих возможностей, стремление к сдвигу границ этих пределов, невозможно без развития соответствующих профессионально важных психологических качеств.

Представители спортивной профессии демонстрируют социуму, что нет предела не только физическим, но и психическим ресурсам человека. Высокая социальная значимость спорта определяет необходимость изучения психологических детерминант профессиональной успешности спортсменов. Результаты проведенного исследования показали значимую роль смысложизненных ориентаций в профессиональной успешности представителей разных видов спорта на разных этапах спортивной карьеры.

Полученные результаты были соотнесены с разными типами психологического отношения к спортивной профессии. Показано, что именно смысложизненное отношение к спортивной профессии, обуславливающее

высокую степень идентификации спортсмена с ней, обеспечивает непрерывное стремление к высшим достижениям, как следствие – успешную реализацию этих стремлений. Продемонстрировано преобладание того или иного типа психологического отношения к спортивной профессии в разных видах спорта.

Подтверждена связь смысложизненных ориентаций с мотивами выбора конкретного вида спорта, а также с профессиональными и жизненными планами спортсменов. Рассмотрена проблема осознанного выбора спортивной профессии преимущественно в детском возрасте, а также проблема «жизни после спорта», экзистенциальной фрустрации спортсменов, находящихся на этапе завершения спортивной карьеры. Продемонстрирована важная роль выраженности у спортсменов смысложизненной ориентации «цели в жизни» как для профессиональной успешности, так и для успешной реабилитации после травмы и адаптации к «жизни после спорта».

Рассмотрена значимая и неоднозначная роль спортивной травмы в успешности спортивной карьеры. Ситуация спортивной травмы рассматривается как кризисная, во многом кульминационная, переживание которой приводит к потере смысла спортивной деятельности, или наоборот трансформации отношения к ней и выступает сильнейшим смыслообразующим фактором спортивной профессии.

Приведены результаты лонгитюдного исследования, демонстрирующие значимое снижение удовлетворенности собственной самореализации (снижение оценки своей результативности) в процессе профессионализации. Данный феномен объясняется такой спецификой спортивной профессии, как вынужденное и непрерывное самосовершенствование и нахождение профессионала в зоне абсолютных возможностей, как физических, так и психических. Эти результаты согласуются с убеждениями В. Франкла о том, что никогда не следует довольствоваться достигнутым, так как именно процесс развития личности, обусловленный высоким стремлением к непрерывному самосовершенствованию, и есть источник жизненного смысла.

Предпринята попытка систематизации рассмотренных психологических и непсихологических факторов, которые рассматриваются как факторы прогностические. Разработана модель системы факторов профессиональной успешности в спорте высших достижений. Она была соотнесена с этапами жизненного и профессионального пути спортсменов, которые во многом пересекаются или даже совпадают, демонстрируя тем самым значимость смыслового отношения к своей профессии для профессиональной успешности.

Полученные результаты могут послужить основой для составления программ психологического сопровождения спортсменов на разных этапах профессионализации, а также в условиях комплексной реабилитации после травмы. Отдельного изучения и дальнейшей разработки требует вопрос смыслового отношения спортсменов к своей профессии, выходящий за пределы спортивной профессии. Видится необходимым продолжить изучение роли спортивной травмы в профессиональной успешности спортсменов как фактора обретения или утраты смысла спортивной профессии. Научный интерес, с нашей точки зрения, представляет углубленное изучение мотивов выбора конкретного вида спорта с целью разработки диагностического инструментария, необходимо на этапе отбора спортсменов в национальные сборные. Дальнейшего исследования и объяснения требует проблема способности к целеполаганию, играющая важную роль на всех этапах профессионализации спортсменов и в отдельности на этапе ухода из спорта высших достижений. Последующего изучения также требует вопрос спортивной травмы и ее влияния на профессиональную успешность спортсменов, с целью прогнозирования и профилактики у спортсменов мотивации «избегания неудачи», а также для разработки внедрения программы психологической коррекции спортсменов в комплексную систему их реабилитации.

**БИБЛИОГРАФИЯ**

1. Приказ Минспорта России от 30.08.2013 N 681 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта велоспорт-шоссе»: зарегистрировано в Минюсте России 21.01.2014 [электронный ресурс] – <http://base.garant.ru/70575670/>
2. Приказ Министерства спорта РФ от 06.09.2013 г. № 715 «Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации» (с изменениями и дополнениями): зарегистрировано в Минюсте 17.10.2013 №30211 [электронный ресурс] – <http://base.garant.ru/70484450/>
3. Приказ Минтруда России от 07.04.2014 № 186н «Об утверждении профессионального стандарта «Спортсмен»: зарегистрировано в Минюсте России 25.05.2014 № 32397 [электронный ресурс] – <http://fgosvo.ru/uploadfiles/profstandart/05.001.pdf>
4. Федеральный закон от 29.04.1999 № 80-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»: принят Гос. Думой Рос. Федерации 13.01.1999г.: одобр. Советом Федерации Рос. Федерации 27.01.1999 [электронный ресурс] – [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_22930/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_22930/)
5. Федеральный закон от 04 декабря 2007г. № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями): принят Гос. Думой Рос. Федерации 16 ноября 2007г.: одобр. Советом Федерации Рос. Федерации 23 ноября 2007 г. [электронный ресурс] – <http://base.garant.ru/12157560>
6. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности / К.А.Абульханова-Славская. – М.: Наука,1980. – 335 с.
7. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. – М.: Мысль,1991. 299с.
8. Абульханова-Славская К.А. Субъектная парадигма отечественной психологии. // Субъектность в личностном и профессиональном развитии человека. Казань.: ЮЛАКС, 2004. – С. 4–5

9. Абульханова-Славская К. А. Принцип субъекта в отечественной психологии // Психология: журн. Высшей школы экономики. – М, 2005. Т. 2. № 4. С. 3–21.
10. Алексеев С.В. Спортивное право России. Правовые основы физической культуры и спорт/ Учебник / Алексеев С.В.; Под ред.: Крашенинников П.В. – М.: Закон и право, ЮНИТИ-ДАНА, 2005. – 671 с.
11. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания/ Б.Г. Ананьев.– Л.: Изд-во ЛГУ, 1968.– 339с.
12. Арендачук И.В. Структурно-функциональная организация профессионализма личности в научно-педагогической деятельности: дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.03/ Арендачук Ирина Васильевна. – Саратов 2008.– 211с.
13. Аскин Я.Ф. К вопросу о категориях детерминизма // Современный детерминизм и наука. Т. 1. – Новосибирск: Наука.– 1975. – С. 35 –49.
14. Асмолов А.Г. Историко-эволюционный подход в психологии личности: автореф. дисс. ...д-ра психол. наук: 19.00.11/ Асмолов Александр Григорьевич.– М., 1996.– 141с.
15. Асмолов А.Г., Братусь Б. С., Зейгарник Б.В., Петровский В.А., Субботский Е.В., Хараш А.У., Цветкова Л.С. О некоторых перспективах исследований смысловых образований личности // Вопросы психологии, 1979. № 3. С. 35 – 45.
16. Бабаян А.А. Личностные факторы психической готовности спортсмена к достижению высокого соревновательного результата: (На примере тяжелой атлетики): дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01/ Бабаян Арутюн Артаваздович.– Москва, 1983.– 187 с.
17. Бабушкин, Г.Д. Модель управления психологической подготовкой высококвалифицированных дзюдоистов к соревнованиям / Г.Д. Бабушкин, А.П. Шумилин, А.И. Чикуров // Спортивный психолог. – №2 (17). – 2009. – С. 37–40.

18. Бабушкин Г.Д. психологические факторы, определяющие успешность выступления на соревнованиях высококвалифицированных тяжелоатлетов // Научные труды Сибирского Государственного Университета Физической Культуры и Спорта.– Омск.– 2016.–С.3–7.

19. Багадирова С.К. Генезис мотивов спортивной деятельности на этапах многолетней подготовки (на примере дзюдо) // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию: сборник научных трудов. Майкоп: Адыгейский государственный университет, 2015. – Вып. 4. – С. 104–109.

20. Багадирова С.К. Профессионализация спорта: этапы развития профессионала // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения: материалы XVIII Междунар. науч.-практ. конф. / под общ. ред. С.С. Чернова. – Новосибирск. – 2011. – С. 483 – 487.

21. Бакуняева Д.С. Влияние смысложизненных ориентаций на профессиональную успешность представителей разных видов спорта высших достижений // Вестник университета. – 2014.– №17.– С.265–269.

22. Бакуняева Д.С. Предикторы профессиональной успешности в спорте высших достижений // Материалы всероссийской научно-практической конференции «Спортивная психология и спортивная медицина XXI века: проблемы и перспективы» (23-24 мая 2014 г., г. Коломна) / ред. кол. И.М. Ильичева, Л.Д. Сыркин, А.И.Сафронов, А.А. Зуйкова. – Коломна: ГАОУ ВПО «МГОСГИ» – 2014.– С.21 – 27.

23. Бакуняева Д.С. Влияние мотивов выбора вида спорта на смысложизненные ориентации спортсменов // Спортивный психолог. – 2015.– №1 (36).– С. 80–84.

24. Бакуняева Д.С. Влияние смысложизненных ориентаций спортсменов на их профессиональные планы // Актуальные проблемы психологического сопровождения профессиональной и учебно-профессиональной деятельности: сборник научных статей/ под ред. Сафронова А.И., Зуйковой А.А. – Коломна: ГАОУ ВПО «МГОСГИ» – 2015.– С.75–80.

25. Бакуняева Д.С. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей представителей разных видов спорта // Материалы 5-ой Международной научной конференции «Актуальные проблемы теоретической и прикладной психологии» (23-25 октября 2015г., г. Ереван, Армения) / под общ. ред. Г. Аванесян, А. Багдасарян, С. Аракелян, А. Берберян, Н.Хачатрян. – Ереван. – 2015. С.347 – 351.

26. Бакуняева Д.С. Психологические факторы профессиональной успешности в спорте высших достижений // Акмеология. – 2015. – №4(56). – С. 103 – 107

27. Бакуняева Д.С. Роль смысложизненных ориентаций в профессиональной успешности спортсменов на разных этапах спортивной карьеры // Материалы VI Международной конференции молодых ученых «Психология – наука будущего» (19-20 ноября 2015г., г. Москва) / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко – М.:ИПРАН. – 2015. – С37 – 39.

28. Бакуняева Д.С. Значение травмы в профессиональной подготовке спортсменов высших достижений // Спортивный психолог. – 2016. – №3 (38). – С. 38 – 42.

29. Бакуняева Д.С. Особенности смысложизненных ориентаций профессиональных спортсменов // Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (25-27 ноября 2016 г., г. Краснодар) / ред. кол. С.М. Ахметов, Г.Д. Алексанянц, Г.Б. Горская, Г.А. Макарова. – Краснодар: КГУФГСТ. – 2016. С.20 – 23.

30. Бакуняева Д.С. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности // Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации» (24-26 ноября 2017г., г. Краснодар) / ред. кол.

С.М. Ахметов, Г.Д. Алексанянц, Г.Б. Горская, Г.А. Макарова. – Краснодар: КГУФКСТ.– 2017. – С.26 – 27.

31. Баландин В.И. Психолого-педагогические основы прогнозирования в спорте: дисс. ...д-ра наук: 13.00.04/ Баландин Владимир Иванович.–Спб., 2000.– 359с.

32. Батурин Н.А. Психология успеха и неудачи в спортивной деятельности: учебное пособие/ Н.А.Батурин.– Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 1999.– 100с.

33. Барабанщиков В.А. Системный подход в структуре психологического познания// Методология и история психологии.– М.– 2007. Том 2. Выпуск 1.– С.86 – 99

34. Башкиров В.Ф. Профилактика травм у спортсменов // Физкультура и спорт.– М.– 1987.– С.176 – 185.

35. Белякова Н.В. Становление профессиональной самореализации студентов-спортсменов на этапе ухода из спорта высших достижений [Текст] / Н. В. Белякова, Е. А. Петрова, А. В. Романова // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №: 3. – С. 32 – 34

36. Березин Ф.Б., Рожанец Р.В. Особенности личности и спортивная деятельность студентов// Вопросы спортивной психогигиены.– М.–1973. Вып.2.– С.46–51

37. Бессонова Ю.В. Психологические особенности профессиональной мотивации деятельности в экстремальных условиях//Профессиональная пригодность: субъектно-деятельностный подход: сер. труды Института Психологии РАН/ под ред. В.А.Бодрова. – М.,2004.–С.113-137

38. Бодров В.А., Лукьянова Н.Ф. Личностные особенности пилотов и профессиональная эффективность//Психологический журнал. – 1981. – №2.– С. 51 – 65.

39. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности: учебное пособие для вузов/ В.А.Бодров.– М.: ПЕР СЭ, 2001. – 511 с

40. Бодров В.А. Профессиональная зрелость человека (психологические аспекты)// Феномен и категория зрелости в психологии: сер. труды Института Психологии РАН/ под ред. Журавлева А.Л., Сергиенко Е.А.– М., 2007.– С.174 – 194.
41. Борковская Е.А. Регулятивная роль ценностных ориентации личности в ее жизнедеятельности: Автореф. дисс. канд филос. наук: 09.00.02/ Е.А. Борковская; Минск.– 1988.–22с.
42. Братусь Б.С. К изучению смысловой сферы личности.// Вестник МГУ. Серия 14: Психология.– 1981.– №2. – С.46 – 56
43. Брушлинский А. В. Проблемы психологии субъекта/ Брушлинский А.В. –М.: ИПРАН. – 1994. – 109 с.
44. Валеев Н.М. Некоторые особенности реабилитации спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата // Теория и практика физической культуры, М.: 2004.– №1.– С.28 – 30
45. Василюк Ф.Е. Психология переживания/ Ф.Е. Василюк.– М.: МГУ.– 1984.–240с.
46. Выготский Л. С. Педагогическая психология/ под ред. В.В. Давыдова.– М.: Педагогика, 1991.–480с.
47. Выготский Л.С. Раннее детство. //Собрание сочинений. Т.4. — М.: Педагогика, 1984 — С. 340 – 367.
48. Вяткин Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности./ Б.А. Вяткин.– М.: «Физкультура и спорт», 1978.–134с.
49. Гогунев Е.Н. Психология физического воспитания и спорта/ Е.Н. Гогунев, Б.И. Мартемьянов. – М.:Изд. Центр «Академия».– 2002. –88с.
50. Голец А.В. Ценностно-смысловые ориентации квалифицированных спортсменов процессе многолетней подготовки (на примере спортивных игр) // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта.– 2007. – Вып.11.–С.25 – 28

51. Голец А.В. Влияние ценностно -смысловой сферы квалифицированных спортсменов на успешность спортивной деятельности (на примере фехтования) / А. В. Голец // Материалы международной научной конференции «Рудиковские чтения». – М., 2008. – С. 76–80.

52. Горбачева А.В. Профессиональные и смысложизненные ориентации студентов технических вузов в процессе профессионального становления: автореф. дисс. ...канд.психол.наук: 19.00.05/ Горбачева Анна Викторовна. М., 2002.–27с.

53. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения/ Гордеева Т.О.– М.: Смысл, 2006.–336с.

54. Горская Г. Б. Долговременные регуляторы психической напряженности как фактор конкурентоспособности спортсменов высокого класса// Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию: сборник научных трудов. Майкоп: Адыгейский государственный университет, 2015. – Вып. 4. – С. 90 – 97.

55. Горская, Г.Б. Мотивационные регуляторы деятельности спортсменов в спорте высших достижений// Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики / под ред. А.А. Обознова, А.Л. Журавлева. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – Вып. 5. – С. 233 – 249

56. Горская, Г.Б. Организационный стресс в спорте: источники, специфика проявлений, направления исследований/ Г.Б. Горская// Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2012. – № 4. – С. 74 – 76. 2.

57. Горская Г.Б. Психологические факторы самореализации профессионалов высокого класса: На материале спортивной деятельности// дисс. ...д-ра психол. наук:19.00.01.–Краснодар, 1999.–328с.

58. Горская Г.Б. Психологическое обеспечение многолетней подготовки спортсменов/ Горская Г.Б.– Краснодар: Изд-во КГУФКСТ, 2008.– 220 с.

59. Горская Г.Б. Психологические эффекты ранней профессионализации личности// Человек. Сообщество. Управление. Научно-информационный журнал. – Краснодар: КубГУ, 2008.– № 3.– С.106 – 113.
60. Горская Г.Б., Самойлов А.С. Стратегии психологического сопровождения подготовки спортсменов-олимпийцев: зарубежный опыт // Спортивный психолог. Специальное приложение.– М.–2014.–С.11 – 18
61. Дамадаева А.С. Профессионально-важные качества личности спортсменов: гендерный аспект // Акмеология.– №3 (39).– М., 2011. – С.54 – 64.
62. Дмитриев С.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат/ С.В.Дмитриев.– М.: Физкультура и спорт, 1992. – 112 с.
63. Дружилов С.А. Нравственные аспекты успеха человека в обществе// Ценности и смыслы.– №1.– 2009. – С.90 – 102
64. Жуков А.Д. Наука о спорте: энциклопедия систем жизнеобеспечения/ А.Д. Жуков.– М.: Юнеско, 2011.– 1000с.
65. Журавлёв А.Л. Роль системного подхода в исследовании трудового коллектива// Вопросы психологии.– 1983.–№ 6.– С.53 – 54
66. Журавлева Н.А. Динамика ценностных ориентаций личности в российском обществе/ Н.А. Журавлева.–М.: Институт психологии РАН, 2006.– 335с.
67. Завалишина Д.Н. Детерминация и развитие психики/ Завалишина Д.Н., Барабанщиков В.А. // Принцип системности в психологических исследованиях. М.:Наука, 1990.– С. 3 – 9.
68. Завалишина Д.Н. Методологический аспект смысложизненной ценности профессионального труда// Смысл жизни и акме// Материалы VIII – X симпозиумов.– Часть 1.– 2004.– С.168 – 172
69. Зеер Э.Ф. Психология профессий: Учебное пособие для студентов вузов.–2-е изд., перераб., доп./ Э.Ф.Зеер. — М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2003.— 336 с.

70. Зейгарник Б.В., Холмогорова А.Б., Мазур Е.С. Саморегуляция поведения в норме и патологии // Психологический журнал.–1989.– №2.–Т.10.– С.122-132.

71. Зинченко Ю.П., Тоневицкий А.Г. Психология спорта: Монография/ под. ред. Ю.П. Зинченко, А.Г. Тоневицкого. – М., 2011.– С.308 – 327.

72. Здравомыслов А.Г., Отношение к труду и ценностные ориентации// Социология в СССР. Т.2. – М.: Мысль, 1966. – С. 197 – 198.

73. Знаков В.В. Теоретические обоснования психологии человеческого бытия// Психологический журнал, М. – 2013. – Том 34. – №2. – С.29 – 38

74. Зуев Ю.М. Мотивационно-личностные детерминанты профессиональной успешности командиров воинских подразделений: дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.03/ Юрий Михайлович Зуев.– Хабаровск. – 2006.– 231с.

75. Игнатова А.Ю., Сухих А.В. Влияние психологических особенностей и физических особенностей спортсменов-единоборцев на успешность их соревновательной деятельности // Вестник Вестник КузГТУ. – 2007. – №1. – С. 139 – 143

76. Ильин Е.П. Психология спорта/ Е.П.Ильин. – СПб.: Питер,2012.– С. 19 – 48; С. 117 – 137

77. Калинин Е.А., Кирюшин Ю.Я. Исследование особенностей мотивации достижения у высококвалифицированных спортсменов// Вопросы спортивной психогигиены. – 1975.– Вып.3.– С. 23 – 30.

78. Капустин А.Н. Влияние темперамента на особенности сосредоточения у гимнастов// Вопросы спортивной психогигиены. – 1973.– Вып.2. – С. 22 – 30.

79. Каськова Д.С. Социально-психологические факторы успешности спортивной деятельности// Ученые записки. – СПб.– №6(76).– 2011. – С. 72 – 76.

80. Карачарова Ю.В. Психологические факторы профессиональной успешности участкового врача-терапевта: дисс. ...канд. психол. наук:19.00.03/ Карачарова Юлия Андреевна.– Тверь, 2010.– 211с.

81. Карпова Н.Л. Изменение смысложизненных ориентации — изменение линии жизни // Мир психологии.— 2001.— № 2.— С.61 – 65.
82. Кашапов М.М., Панкратов, А.Е. Роль родительской позиции в успешности спортивной деятельности детей / М.М. Кашапов, А.Е. Панкратов // Ананьевские чтения – 2012. Психология образования в современном мире: Материалы научной конференции 16 – 18 октября 2012г. – СПб.:Изд-во СПбГУ, 2012. – С.213 – 215.
83. Кашапов М.М., Токарева В.Б. Волевая саморегуляция и локус контроля у спортсменов разных видов спорта// Человек, субъект, личность в современной психологии: материалы международной конференции, посвященной 80-летию А.В.Брушлинского. – Т. 1/ отв.ред. А.Л.Журавлев, Е.А.Сергиенко. – М. : Институт психологии РАН, 2013. – С.577 – 578
84. Кашапов М.М., Огородова Т.В., Токарева В.Б. Взаимосвязь локуса контроля с компонентами личности спортсмена// Ярославский педагогический вестник.— 2015 – № 5, С.178 – 183
85. Келишев И.Г. Динамика мотивов и интересов в спорте // Материалы научной конференции кафедры психологии ГЦОЛИФК по проблемам психологии спорта. М.— 1972. – С.112 – 136
86. Кижнерова Ж.А. Психологические особенности спортсменов как факторы их профессионального успеха// Психология в экономике и управлении. – Иркутск.— №2.— 2012. – С.119 – 122.
87. Климов Е.А. Введение в психологию труда/ Е.А.Климов.— М.: Культура и спорт, 1998. – 350 с.
88. Климов Е.А. Психология профессионала/ Е.А.Климов.— М.: Изд-во «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МО-ДЭК», 1996 — 400 с.
89. Кон И.С. Социология личности/ И.С. Кон. – М.: Политиздат, 1967. – 383с.

90. Коновалова О. В. Особенности смысложизненных ориентаций у студентов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 8. – С. 251–255. [электронный ресурс]: <http://e-koncept.ru/2015/65051.htm>.
91. Констатнитин В.В. Смысл жизни и жизненный смысл профессии//Вестник ТГУ.–№6.– 2010.– С.147 – 154.
92. Котик М.А. Психология безопасности/ М.А. Котик.– Изд. 3-е, испр. и доп. — Таллинн: Валгус, 1989. — 448 с.
93. Котова С.С. Формирование социально-профессиональных ценностей учащейся молодежи// Сборник научных статей Всероссийской научно-практической конференции 22 апреля 2014 года.– Нижний Тагил.– 2014.– С.115 – 120.
94. Кретти Брайент Дж. Психология в современном спорте: Пер. с англ. Ханина Ю.Л. – М.: ФиС, 1978. – 224 с.
95. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: учебник для вузов/ Ю.Ф. Курамшин.– М.: Советский спорт, 2010.– 320 с.
96. Кутепов М.Е. Ценности в области физической культуры и спорта как предмет социологического анализа//Ш Всемирн. конф. по социологическим проблемам физической культуры и спорта. Тезисы. М., 1977.– С. 32 – 33.
97. Леонов С.В. Переживание спортивной травмы// Национальный психологический журнал.– М.– 2012.– №2(8).– С.136–143.
98. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность/ А.Н. Леонтьев.– 2-е изд. М.: Политиздат, 1977.–304с.
99. Леонтьев Д.А. От социальных ценностей к личностным: социогенез и феноменология ценностной регуляции деятельности (статья первая) // Вестник Московского Университета.– Сер. 14– Психология.– 1996.– № 4.– С. 35—44.
100. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций / Д.А. Леонтьев. – 2-е изд. – М.: Смысл, 2000.– 18с.
101. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности/ Д.А. Леонтьев.– 2-е, испр. изд. — М.: Смысл, 2003.– 487с.

102. Ломов Б. Ф. О системном подходе в психологии // Вопросы психологии.– 1975.– № 2.– С.31–45.

103. Ломов Б. Ф. Системность в психологии / Под ред. В.А. Барабанщикова, Д.Н. Завалишиной, В.А. Пономаренко. М.-Воронеж, 1996.– 384 с.

104. Лопатин В.А. Проблемные аспекты физической культуры и спорта в ВУЗе // Интерэкспо Гео-Сибирь.– 2015.– №2.– Т.6. – С.152 – 155.

105. Лубкин Ю.В. Сравнительная характеристика успешности атакующих действий баскетболистов задней линии в связи с их индивидуальными и типологическими особенностями // Психофизиологические аспекты учебной и спортивной деятельности, Л.,1987.– С.65-74.

106. Лубышева Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью // Теория и практика физической культуры –№6.–1997.– С.10 – 15.

107. Максимов А.К. Личностные особенности эффективного руководителя предприятия железнодорожного транспорта в контексте организационных изменений: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.03/ Максимов Алексей Константинович.–Хабаровск, 2006.–233с.

108. Максимова Т.В. Смысложизненные ориентации как фактор становления индивидуального стиля педагогической деятельности: автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.07/ Максимова Татьяна Владимировна.– М. – 2001.–23с.

109. Мальгин В. Е. Изучение мотивов занятий спортом воспитанников спортивных школ // Молодой ученый. , 2013. №10. , С. 557 – 561.

110. Мартенс Р. Социальная психология и спорт/ Райнер Мартенс. – М.: Физкультура и спорт,1979.–176с.

111. Мельник, Е. В., Е.В.Силич Экспертная оценка успешности спортивной деятельности (на примере сложнокоординационных видов спорта) // Спортивный психолог.– 2010.– №3 (21).– С. 73–79.

112. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В.И. Моросанова. – Москва: Наука, 2001. – 192 с.
113. Насиновская Е.Е. Методы изучения мотивации личности. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988.– 80с.
114. Наследов А.Д. IBM SPSS Statistics 20 и AMOS: профессиональный статистический анализ данных/ А.Д.Наследов.– СПб: Питер, 2013.– С. 341 – 386.
115. Находкин В.В. Мотивация достижения успеха как основа отбора в соревновательной деятельности единоборцев// Вестник ЯГУ. – 2009. – Т. 6.
116. № 4. С. 64 – 69
117. Никитин А.М., Сальников В.А. Влияние типологических особенностей на устойчивость перспективы достижения высоких спортивных результатов// Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л.,1981. – С.131 – 133
118. Обознов А.А. Психология труда, инженерная психология и эргономика. Вып.6/ А.А. Обознов, А.Ю. Акимова, Р.В. Агузумянц.– М.: Институт Психологии РАН, 2014.– 528с.
119. Обознов А.А. Психическая регуляция операторской деятельности в особых условиях: автореф. дис. ...д-ра наук:19.00.03/ Александр Александрович Обознов.– М., 2003.– 283с.
120. Ожуг Н.Н. Развитие осознанной саморегуляции деятельности у спортсменов-стрелков высокой квалификации: автореферат дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / николай Николаевич Ожуг.– Краснодар, 2002. – 25 с.
121. Палайма Ю.Ю. Мотивы спортивной деятельности // Теория и практика физической культуры. – 1966. – № 8. – 16 – 18.
122. Панкратов, А.Е. Индивидуальный стиль волевой активности и саморегуляции как ресурс успешности спортивной деятельности // Ярославский педагогический вестник.– Ярославль: Изд-во ЯГПУ.– 2012. – №4. – С. 241 – 246.

123. Панкратов А.Е. Мотивационные и регулятивные компоненты психологической системы спортивной деятельности (на материале спортивных единоборств): дис. канд. психол. наук: 19.00.03 / Панкратов Антон Евгеньевич. – Ярославль, 2015. – 207с.

124. Переверзин И.И., Суслов Ф.П. О структуре спорта высших достижений и социально-правовом статусе спортсменов-профессионалов // Теория и практика физической культуры. – №5. – 2002. – С.26–30.

125. Петрова Е. А., Шестаков А.А. Социально-психологические основы ассесмента руководителей банковских структур/ Е.А. Петрова, А.А. Шестаков. – Новомосковск.: Реком, 2002. – 120 с.

126. Пилюян Р.А. Мотивация спортивной деятельности/ Р.А. Пилюян. – М.: ФиС, 1984. – 104с.

127. Пирумова К.В. Смыслоразностные ориентации как фактор профессионального развития педагога: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.13/ Карина Валерьевна Пирумова. – М., 2004. – 22с.

128. Поваренков Ю.П. Положения системогенетической концепции профессионального становления и реализации субъекта труда. Часть 2. // Человек. Сообщество. Управление №1, 2011., С. 84 – 98

129. Поваренков Ю.П. Системогенетическая концепция профессионального становления человека// Идея системности в современной психологии. М., 2004.

130. Поздняков В.П. Психологические отношения субъектов совместной жизнедеятельности // Знание. Понимание. Умение. – №1. – 2013. – С.167 – 174

131. Починкин А.В. Становление и развитие профессионального коммерческого спорта в России: дисс. д-ра пед. наук: 13.00.04 / Александр Владимирович Починкин. – Малаховка, 2006. – 330 с.

132. Прокудин И.А. Соотношение смыслоразностных ориентаций и склонности к зависимому поведению // Акмеология. – 2013. – №1. – С.53 – 57.

133. Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. Психология труда и человеческого достоинства: учебное пособие/ Е.Ю. Пряжникова, Н.С. Пряжникова. – М.: Академия, 2005. – 480с.

134. Психология спорта. Современные направления в психологии: Учеб. пособие / Е. П. Ильин, В. К. Сафонов, Ю. Я. Киселев, Л.: ЛГУ.– 1989.–96с.

135. Психология физического воспитания и спорта: учебное пособие/ под ред. Т.Т. Джемгарова, А.Ц.Пуни.– М.:ФиС, 1978.– 143с.

136. Пуни А.Ц. Очерки психологии спорта/ А.Ц.Пуни.– М.: ФиС. – 1959. – 307с.

137. Пуни, А. Ц. Формирование и актуализация мотивов участия в соревнованиях / А.Ц. Пуни // Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И. П. Волкова. — СПб.: Питер, 2002. — С. 219 – 231.

138. Речкалова О.Л. Особенности психологической подготовки в различных видах спорта: учебное пособие / О.Л.Речкалова.– Курган: Издат-во Курганского гос. ун-та. – 2014.– 84с.

139. Родина О.Н. О понятии «успешность трудовой деятельности» // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. – 1996. – №3.– С.60 – 67.

140. Родионов А.В. Влияние психологических факторов на спортивный результат / А.В. Родионов. – М.: Физкультура и спорт, 1987 .112с.

141. Роман Р.А. Проблемы управления подготовки тяжелоатлетов // Тяжелая атлетика. – М.:ФиС, 1971. – С. 9–18.

142. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии/ С.Л. Рубинштейн. – М.: Учпедгиз, 1940.

143. Рубинштейн С. Л. Проблема деятельности и сознания в системе

144. советской психологии // Ученые записки МГУ. – Вып. 90. – Психология. – М., 1945.– С. 6–21.

145. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2003.– 713с.

146. Рудик П.А. Психологическая подготовка спортсменов различных видов спорта к соревнованиям / П.А.Рудик. – М.: ФиС, 1968. – 168 с.
147. Рудик П.А. Психологические аспекты спортивной деятельности. //Психология и современный спорт. – М.: ФиС, 1973. – С. 14 – 40.
148. Румянцева В.И. Общение в экстремальных условиях взаимосвязанной деятельности группы (на материалах исследования спортивно-игровой деятельности гандбольных команд): автореф. дис. ...канд.психол. наук: 19.00.05 / Румянцева Валентина Ивановна.– Л.,1975.– 22с.
149. Румянцева О.М. Ценностные ориентации как фактор самореализации личности в спорте: дис. ... канд. психол. наук:19.00.01 / Румянцева Ольга Михайловна. – М., 2001. – 174с.
150. Сафонов В.К. Агрессия в спорте / В.К.Сафонов. – СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та. – 2003. – 159 с.
151. Сафонов В. К., Просвирнин С. Г. Переживание как фактор успешности в спорте // Вестник СПбГУ Сер. 12. – 2008. – № 4.– С.373 – 380
152. Сафонов В.К. Психология спорта – современные задачи научно-практического обеспечения спортивной деятельности. // Национальный психологический журнал.–2012.–2(8).– С.71 – 74.
153. Сафонов В.К. Психология в спорте: теория и практика / Сафонов В.К.– СПб: Издательство С.-Петербургского университета, 2013.– 232с.
154. Свобода Б., Ванек М., Гошек В. Успех как мотивационный фактор спортивной деятельности (Теоретические предпосылки) // Спортивный психолог.– №2(14).– 2008.– С. 83–92.
155. Серова Л. К. Личностные качества спортсмена // Ученые записки.– №20. – 2006.– С.75 – 77.
156. Серова Л. К. Психология личности спортсмена: учебное пособие / Л.К. Серова. – М.: Советский спорт, 2007. – 116 с.
157. Серый А.В. Психологические механизмы функционирования системы личностных смыслов / А.В. Серый. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2002. – 183с.

158. Серый А.В., Яницкий М.С. Смыслоразностные аспекты профессионального самоопределения студентов вуза // Ползуновский вестник. – № 3-4.– 2003.– С. 80 – 85.

159. Собчик Л.Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики/ Л.Н.Собчик. – СПб.: 2005.– 624с.

160. Соболев С.И., Тарасова Л.Н. Ценностно-смысловая позиция субъекта как фактор смыслообразования // Материалы научной конференции, посвященной 75-летию со дня рождения члена-корреспондента РАН А.В. Брушлинского, 15-16 октября 2008г./ Отв. ред.: А.Л. Журавлев, В.В. Знаков, З.И. Рябикина. – М.: ИПРАН.– 2008.– С.292 – 295.

161. Сопов В.Ф. Теория и методика психологической подготовки в современном спорте / В.Ф. Сопов, М. – 2010. – 120с.

162. Сопов В.Ф., Мнацаканян Б.Х. Детерминанты демотивации в спортивной деятельности.// Спортивный психолог.– № 1.– 2014. – С. 14 – 18.

163. Стамбулова Н.Б. Психологические модели спортивной карьеры: Тез. 2-го Международного Конгресса по психологии спорта. М., 1995. – С.47 – 48

164. Стамбулова Н.Б. Психология спортивной карьеры: дисс. ... д-ра психол. наук: 19.00.13/ Стамбулова Наталья Борисовна.– СПб., 1999.– 417 с.

165. Стамбулова Н.Б. Структурное описание спортивной карьеры // Человек в мире спорта: Новые идеи, технологии, перспективы : Тез. докл. Междунар. конгр. – М., 1998. – Т. 2. – С. 351 – 352.

166. Султанова Н.Д., Латыпова И.А. Смыслоразностные ориентации студентов-выпускников физкультурного ВУЗа // Электронный журнал Камской государственной академии физической культуры, спорта и туризма, 2009.– №1 (10).– С.65 – 73.

167. Суник А.Б. Российский спорт и олимпийское движение на рубеже XIX – XX веков / А.Б. Суник. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Советский спорт, 2004. – 763 с.

168. Теплов Б.М. Проблемы индивидуальных различий / Б.М. Теплов. – М., 1961.– С.9 – 20
169. Теплов Б.М., Небылицин В.Д. Изучение основных свойств нервной системы и их значение для психологии индивидуальных различий. // Вопросы психологии. –1963.– № 5. – С.38 – 47.
170. Тихонравов Ю.В. Экзистенциальная психология: учебное пособие / Ю.В. Тихонравов. – М.: Интел Синтез, 1998.– 238с.
171. Толочек В.А. Акмеология и смыслы жизни человека в период кризиса общества // Мир психологии. – 2001. – № 2. – С. 140 – 149.
172. Толочек В.А. Влияние стиля деятельности тренера на результат спортсмена // Психологический журнал. – 1994.– Т. 15.– № 1.– С. 147—153.
173. Толочек В.А. Структура и форма индивидуального стиля деятельности в спорте // Вопросы психологии. – 1984. – № 5. – С. 145 – 149.
174. Толочек В.А. Профессиональная успешность: от способностей к ресурсам (дополняющие парадигмы) // Психология. Журнал Высшей школы экономики.– 2009. –Т. 6.– № 3.– С. 27 – 61.
175. Толочек В.А. Профессиональная успешность: понятия «способность» и «ресурсы» в объяснении феномена// Человек. Сообщество. Управление.– 2010.– №2.– С.20 – 38.
176. Томилин К.Г. Парусный спорт: пути обеспечения разносторонности подготовки яхтсменов // Теория и практика физической культуры. – 2003. – №6. – С. 6–9.
177. Федина Л.В. Содержание смысложизненных ориентаций студентов педагогов-психологов // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал).– № 9 (17).– 2012. – С. 78 – 79.
178. Федоренко Т.Н. Личностные особенности машинистов локомотивов, эффективных в профессиональной деятельности: автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.03/ Федоренко Татьяна Николаевна.– Хабаровск, 2005.–26 с.

179. Физическая культура и физическое воспитание студентов в техническом вузе / под ред. проф. В. Ю. Лебединского, доц. Э.Г. Шпорина. – Иркутск: ИрГТУ, 2012. – 296 с.

180. Фонарев А.Р. Смысл жизни как детерминанта развития личности профессионала // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни. М.: ПИ РАО, 2001.– С. 204 – 209.

181. Фомин Ю. А. Профессионализация современного большого спорта// Теория и практика физической культуры.–1989.– № 4.– С. 22 – 24.

182. Франкл В. Человек в поисках смысла: сборник / пер. с англ. и нем. / Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева; вст. ст. Д. А. Леонтьева. – М.:Прогресс,1990. – 368с.

183. Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ. – М.: ГИЗ, 1922 а. Т. 1.– 251с.; б. Т. 2.–250с.

184. Ханин Ю.Л. Краткое руководство к шкале реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера / Ю.Л. Ханин. – Л: Изд-во ВИФК, 1976. – 18 с.

185. Ханин Ю.Л. Исследование тревоги в спорте. //Вопросы психологии.– 1978.– №6. – С.77 – 83.

186. Ханин Ю.Л. Психология общения в спорте / Ю.Л. Ханин.– М.: ФиС, 1980. – 209 с.

187. Ханин Ю.Л. Стресс и тревога в спорте / Ю.Л. Ханин.– М.: ФиС, 1983. – 287 с.

188. Ханин Ю.Л. Межличностная и внутригрупповая тревога в условиях значимой совместной деятельности. // Вопросы психологии.– 1991.– №5. – С. 51 – 55.

189. Ханин Ю.Л. О срочной диагностике состояния личности в группе // Теория и практика физической культуры.– 1977.– № 8.– С.25 – 31.

190. Черникова О.А., Дашкевич О.В. Активная саморегуляция эмоционального состояния спортсмена / О.А. Черникова, О.В. Дашкевич. – М.: ФиС, 1971. – 48с.

191. Черникова О.А. Соперничество, риск, самообладание в спорте. М. – 1980
192. Чернов А.Б. Психологические факторы, обеспечивающие успешность совместной деятельности спортивного коллектива // дис. ...канд. психол. наук: 19.00.07 / Чернов Андрей Борисович.– Ставрополь, 2001. – 206с.
193. Чудновский В. Э. О некоторых прикладных аспектах проблемы смысла жизни // Мир психологии. – 2001. – № 2. – С. 82–89.
194. Чудновский В.Э. Проблема структуры смысла жизни как психологического феномена // Психологические, философские и религиозные аспекты смысла жизни: Материалы III – V симпозиумов / ПИ РАО.– М., 2001.– С. 156 – 164.
195. Чудновский В.Э. Становление личности и проблема смысла жизни / В.Э. Чудновский.– М., 2006.– 767с.; С. 599 – 600.
196. Чудновский В.Э., Бодалев А.А., Вайзер Г.А., Вахромов Е.Е., Карпова Н.Л., Суворов А.В. Роль смысло-жизненных ориентации и акме в профессиональной деятельности (опыт теоретико-экспериментального исследования) // Психологический журнал. – 2004.–Т.25.– №1.– С.34 – 48.
197. Шаболтас А.В. Мотивы занятия спортом высших достижений в юношеском возрасте// автореф. дисс. ...канд. психол. наук: 19.00.03 / Шаболтас Алла Вадимовна. – Спб. – 1998. – 21с.
198. Штейнбах В.Л. Большая олимпийская энциклопедия / В.Л. Штейнбах.– М.: Олимпия Пресс. –2006. Т. 2: 966 с.
199. Шумилин А.П. Мотивация в структуре результативности соревновательной деятельности дзюдоистов: дис. канд. пед. Наук: 13.00.04 / Шумилин Александр Петрович. – Красноярск. 2003. – 150 с.
200. Энциклопедический словарь по физической культуре и спорту / глав. ред. Г. И. Кукушкин. — М.: Физкультура и спорт, 1963. – Т. 3. – 423 с.

201. Юров И.А. Мотивация спортсменов: квалификационный и гендерный аспекты / И.А.Юров // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А.Некрасова. – 2012. – Т.18. – № 3. – С.186 – 190

202. Юров И.А. Индивидуально-личностные предпосылки деятельностной успешности в спорте: автореф. дис. ...канд. психол. наук:19.00.13 / Юров Игорь Александрович.– Кострома, 2014. –28с.

203. Ядов В.А. Междисциплинарный подход к изучению соотношения между ценностными ориентациями и наблюдаемым поведением / В. А. Ядов, Э. В. Беляев, В. В. Водзинская. – М.: б.и., 1970.–10с.

204. Ядов В.А. О диспозиционной регуляции социального поведения личности // Методологические проблемы социальной психологии. М., 1975.– С.89–105.

205. Яницкий М. С. Ценностные ориентации личности как динамическая система (Монография) / М.С. Яницкий.– Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000.– 98с.

206. Ясперс К. Общая психопатология / пер. с нем. Л.О. Акопяна.– М.: Практика, 1997.– 1056 с. (с.337, 546).

207. Adler A. What life should mean to you. London: George Allen and Unwin, 1980. – 300p.

208. Ames C. Achievement goals, motivational climate, and motivational process / In G. C. Roberts (Ed.) / Motivational in sport and exercise. – Champaign, IL: Human Kinetics, 1992. – p.161 – 176.

209. Andersen M.B., Williams J.M. A model of stress and athletic injury: prediction and prevention. //Journal of sport and exercise psychology. – 1988. – v.10. – p. 294 – 306.

210. Beilock S.L., & Gray R. (2012). From attentional control to attentional spillover: A skill-level investigation of attention, movement, and performance outcomes // Human Movement Science, 31. – 2012. – P. 1473–1499. doi:10.1016/j.humov.2012.02.014

211. Bentler, P. M.; Bonett, Douglas G. Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures // *Psychological Bulletin*. – Vol 88(3). – Nov. 1980. – P. 588 – 606.
212. Biddle S. Motivation and participation in exercise and sport. // In S.Serpa, J.Alva, V.Pataco (Eds.) *International perspectives on sport and exercise psychology*. Morgantown, WV: Fitness Information technology, 1993. – P.103 – 126.
213. Blackwell B., P.McCullagh. The relationship of athletic injury to life stress, competitive anxiety and coping resources // *Athletic Training*.– 1990.– №25.– P. 23 – 27.
214. Crumbaugh J.S., Maholik L.T. An experimental study in existentialism; The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis // *J. of Clinical Psychology*. – 1964.– Vol. 20.– № 2.– P. 200 – 207.
215. Fletcher D., Wagstaff C. R. D. Organizational psychology in elite sport: its emergence, application and future. // *Psychology of sport and exercise*. – 2009. – V. 10. – P. 427 – 434.
216. Frankl V. *Psychotherapy and existentialism*. – New York: Simon and Schuster, 1967.– 246 p.
217. Gould D., Dieffenbach K., Moffett A. Psychological Characteristics and Their Development in Olympic Champions // *Journal of Applied Sport Psychology*.– 2002.– 14(3).– P. 172 – 204.
218. Greenleaf C., Gould D., Dieffenbach K. Factor influencing Olympic performance: interviews with Atlanta and Nagano US Olympians // *Journal of applied sport psychology*.– 2001.– Vol.13.– P. 154 – 184.
219. Hanin Y.L. Coping with anxiety in sport // *Coping in Sport: Theory, Methods, and Related Constructs*. – 2010.– P.159 – 175.
220. Hanin J., Hanina M. Optimization of performance in top-level athletes: An Action-Focused Coping // *International Journal of Sport Sciences and Coaching*. – 2009a.– 4. – P. 47–58.

221. Hanin J, and Hanina M. Optimization of performance in top-level athletes: An Action-Focused Coping. Authors' Response to the commentaries // International Journal of Sport Sciences and Coaching. 2009a.– 4.– Vol.83-91.

222. Hanin Y.L. Performance Related Emotional States in Sport: A Qualitative Analysis. Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research, 2003. – Vol. 4(1), Art. 5. [On-line Journal] – <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/747/1618>

223. Hanin Y.L. The state-trait anxiety research on sports in the USSR / Spielberger C. D., Diaz-Guerrero R. (eds.) Cross-cultural anxiety. – Washington: Hemisphere Publishing Corporation, 1986. – Vol. 3. P. 45–64.

224. Hoyle R.H., Panther A.T. Writing about Structural Equation Models / In R. H. Hoyle (Ed.) / Structural Equation Modeling: Concepts, Issues, and Applications, London: Sage. – 1995. – P. 158 – 175.

225. Jarvis M. Sport Psychology: a student's handbook / M. Jarvis.– London; New York, 2006.– 242p.

226. Jung C.G. The practice of psychotherapy: the collected works of C. G. Jung.–London: Routledge, 1954.– p.86.

227. Kelly G. The psychology of personal constructs. New York: Norton. – 2 vols. – 1955.

228. Kline R.B. Convergence of structural equation modeling and multilevel modeling.: handbook of methodological innovation in social research methods / In M. Williams & W. P. Vogt (Eds.). – London: Sage, 2011.– P. 562 – 589.

229. May R. Love and Will / R.May. – New York: Norton, 1969. – 352 p.

230. Peterfreund E. Information, systems, and psychoanalysis: an evolutionary biological approach to psychoanalytic theory. New York: International Universities press, 1971, p.235

231. Phenix P. Realms of meaning: a philosophy of the curriculum for general education / P. Phenix.– New York etc.: McGraw-Hill, 1964. – 391p.

232. Robazza C., Pellizzari M., and Hanin Y. Emotion Self-regulation and Athletic Performance: An Application of the IZOF Model // *Psychology of Sport and Exercise*. – Vol. 5. 2004. – P. 379 – 404.

233. Robazza C. Emotion in sport: An IZOF perspective: literature Reviews in Sport Psychology / in S. Hanton and S.D. Mellalieu (Eds.). Hauppauge. – N.Y.: Nova Science, 2006. – P.127 – 158.

234. Robazza C., Bertollo M., Ruiz M.C., Bortoli L. Measuring Psychobiosocial States in Sport: Initial Validation of a Trait Measure. 2016. – PLOS ONE 11(12): <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0167448>

235. Robazza C., Bertollo M., Filho E., Hanin Y., Bortoli L. Perceived Control and Hedonic Tone Dynamics During Performance in Elite Shooters // *Research quarterly for exercise and sport*. – 2016.– Vol.87, №3. – P. 284–294.

236. Rokeach M. The nature of human values / M. Rokeach. N.-Y., 1973. – 438p.

237. Royce J.R., Powell A. Theory of personality and individual differences: factors, systems and processes / Englewood Cliffs (N.J.): Prentice-Hall, 1983.– 304p.

238. Ruiz M.C., Hanin Y.L., Robazza C. Assessment of performance-related experiences: An individualized approach // *The Sport Psychologist*. – 2016.– vol. 30.– P. 201 – 218.

239. Woodman T., Hardy L. A case study of organizational stress in elite sport // *Journal of applied sport psychology*. – 2001. – V. 13. – P. 207 – 238.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### ПРИЛОЖЕНИЕ 1

#### Методика тест «Смыслжизненные ориентации»

Инструкция: Вам предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача – выбрать одно из двух утверждений, которое, по Вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр в каждой строке (1, 2, 3) в зависимости от того насколько Вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения на Ваш взгляд одинаково верны для вас).

Обычно мне очень скучно	3 2 1 0 1 2 3	Обычно я полон энергии.
Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей.	3 2 1 0 1 2 3	Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной.
В жизни я не имею определенных целей и намерений.	3 2 1 0 1 2 3	В жизни я имею очень ясные цели и намерения.
Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной.	3 2 1 0 1 2 3	Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.
Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие.	3 2 1 0 1 2 3	Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться.	3 2 1 0 1 2 3	Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.
Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал.	3 2 1 0 1 2 3	Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов.	3 2 1 0 1 2 3	Я осуществил многое из того, что было мною запланировано в жизни.
Моя жизнь пуста и неинтересна.	3 2 1 0 1 2 3	Моя жизнь наполнена интересными делами.
Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.	3 2 1 0 1 2 3	Если бы мне пришлось сегодня подводить итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.
Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.	3 2 1 0 1 2 3	Если бы я мог выбирать, то я бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.
Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство.	3 2 1 0 1 2 3	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности.

Я человек очень обязательный.	3 2 1 0 1 2 3	Я человек совсем не обязательный.
Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.	3 2 1 0 1 2 3	Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей и обстоятельств.
Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.	3 2 1 0 1 2 3	Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.
В жизни а еще не нашел своего призвания и ясных целей.	3 2 1 0 1 2 3	В жизни я нашел свое призвание и цели.
Мои жизненные взгляды еще не определились.	3 2 1 0 1 2 3	Мои жизненные взгляды вполне определились.
Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни.	3 2 1 0 1 2 3	Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.
Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.	3 2 1 0 1 2 3	Моя жизнь не подвластна мне и она управляется внешними событиями.
Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение.	3 2 1 0 1 2 3	Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания.

**Методика «Индивидуально-типологический опросник»**

Инструкция: Прочитай каждое утверждение реши верно ли оно по отношению к тебе, согласен ли ты с ним. Если верно, то на бланке ответов рядом с номером, соответствующим утверждению, поставь «+». Если оно неверно, то поставь «-».

1. Я постараюсь отнестись к исследованию ответственно и быть максимально искренним.
2. У меня очень сложный и трудный для окружающих характер.
3. Я лучше справляюсь с работой в тишине и одиночестве, чем в присутствии многих людей и в шумном месте.
4. Решая серьёзные проблемы, я, как правило, обхожусь без посторонней помощи.
5. Я очень редко заговариваю первым с незнакомыми людьми.
6. Для меня важно, что подумают другие о моих высказываниях и поступках.
7. Если будет нужно, я разрушу все преграды на пути к достижению цели.
8. Я часто тревожусь по пустякам.
9. В моих неудачах виноваты определённые люди.
10. Для меня важно иметь общее мнение с теми людьми, с которыми я обычно общаюсь.
11. Меня мало касается всё, что случается с другими.
12. Мне интересны яркие, артистичные личности.
13. Мне нет дела до чужих страданий: хватает своих.
14. В шумной компании я чаще всего – в роли только наблюдателя.
15. Для меня не выносимо наблюдать страдания других людей.
16. Я – человек абсолютно правдивый и искренний.
17. Все мои беды связаны с собственным не умением ладить с людьми.
18. Меня часто тянет к шумным компаниям.
19. Принимая важное решение, я всегда действую самостоятельно.

20. Мне всегда приятно заводить новых знакомых.
21. Берясь за какое-либо дело, я не стану долго раздумывать, прежде чем начать действовать.
22. Меня, раздражают люди, пытающиеся изменить моё мнение, когда я уверен в своей правоте.
23. Я часто волнуюсь за близких мне людей даже без серьёзного повода.
24. Я не могу терпеть, когда кто-нибудь меняет заведённый мною порядок.
25. Я умею привлекать к себе внимание окружающих меня людей.
26. В жизни я твёрдо придерживаюсь определённых принципов.
27. Люблю посещать компании, где можно танцевать и петь.
28. Я чрезвычайно чувствителен к изменениям настроения окружающих меня людей.
29. Я могу, не смущаясь дурачиться в весёлой компании.
30. Я спокойно отношусь к тому, что кто-то рядом переживает по поводу своих неприятностей.
31. Я никогда не поступаю как эгоист.
32. Часто бывает так, что из-за меня у окружающих портится настроение.
33. Интересные идеи приходят мне в голову чаще, когда я один, а не в присутствии многих людей.
34. Я могу взять на себя ответственность за целую группу людей для пользы дела.
35. Мне трудно преодолеть застенчивость, когда нужно говорить перед группой людей.
36. Мнение старших по возрасту или положению большего значения для меня не имеет.
37. Мне не трудно заставить других людей действовать так, как я считаю нужным.
38. Я так сильно переживаю неудачи, что у меня ухудшается самочувствие.
39. Я всегда бываю, упрям в тех случаях, когда уверен в своей правоте.
40. Если в компании я не нахожусь в центре внимания, мне становится скучно и не интересно.

41. Ни кто не может навязать мне своё мнение.
42. Мне нравится путешествовать с разными, каждый раз новыми попутчиками.
43. Я могу изменить своё мнение под давлением окружающих.
44. В поезде я с удовольствием провожу время в беседе с попутчиками.
45. Я никогда не вру.
46. Я никогда не откладываю на завтра, то, что можно сделать сегодня.
47. Я вечно ни чем не доволен.
48. Я люблю одиночество, позволяющее мне сосредоточиться на своих мыслях.
49. Я умею заинтересовать людей и повести их за собой.
50. Мне нравится командовать другими.
51. Я умею дать отпор тем, кто вмешивается в мои дела.
52. Мне бывает не ловко за высказывания и поступки моих близких.
53. Мне не редко приходится в драке защищать свои права.
54. Я испытываю чувства вины (или даже стыда), если меня преследуют неудачи.
55. Моё настроение находится в сильной зависимости от настроения, тех, кто меня окружают.
56. Я добиваюсь своего упорством и настойчивостью.
57. Мне часто бывает скучно, когда вокруг все веселятся.
58. Моё грустное настроение легко исправить, если я смотрю в кино или по телевизору комедийное представление.
59. Ради сохранения добрых отношений я готов отказаться от своих намерений.
60. Я всегда придерживаюсь общепринятых правил поведения.
61. Меня любят все мои друзья.
62. У меня трагичная судьба.
63. У меня много близких друзей.
64. Я самый несчастный человек на свете.
65. Мне проще надеяться на других, чем брать на себя ответственность, даже если речь идет о моих проблемах.
66. Я стараюсь быть таким «как все», не выделяться среди других.

67. Я – человек спокойный, уравновешенный.
68. Я могу долго не реагировать на чьи–то шутки, но потом «взорваться» гневной реакцией.
69. Я очень чувствителен к изменениям погоды.
70. Я не люблю присутствовать на шумных застольях.
71. Я могу проявить безалаберность в делах, а потом понемногу приводить их в порядок.
72. Я люблю ходить в гости.
73. Мне всё равно, что обо мне думают окружающие.
74. Я волнуюсь только по поводу очень больших неприятностей.
75. Я ни когда не испытываю желания выругаться.
76. Я ни кого не когда не обманывал.
77. Мне ни кто не нужен и я ни кому не нужен.
78. Я – человек застенчивый.
79. Мне ужасно не везёт в жизни.
80. Я часто стараюсь следовать советам более авторитарной личности.
81. Я бы очень переживал, если бы кого-то задел или обидел.
82. Меня ни чем не испугаешь.
83. Я часто пользуюсь чужими советами при решении своих проблем.
84. В своих неудачах я прежде всего виню самого себя.
85. Я совершенно не обращаю внимания на стиль своей одежды.
86. Я не стараюсь планировать своё ближайшее будущее и работу.
87. Когда меня зовут в гости, я чаще всего думаю: «Лучше бы мне остаться дома».
88. Я ни чего не знаю о личных проблемах окружающих меня людей.
89. Малейшая неудача резко снижает мое настроение.
90. Я никогда не сержусь.
91. Я отвечал на вопросы очень правдиво.

**Вопросы для структурированного интервью**

1. Федерация, состав \_\_\_\_\_
  2. ФИО \_\_\_\_\_
  3. Пол/Возраст \_\_\_\_\_
  4. Разряд \_\_\_\_\_
  5. Образование (если не профильное, то почему, если получает 2ое высшее/доп.специальность, то почему?) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  6. Стаж в сборной \_\_\_\_\_
  7. Почему выбрали именно этот вид спорта? Являлся ли ваш выбор осознанным? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  8. Профессиональные достижения (занимаемые призовые места и титулы на всероссийских и международных соревнованиях, наличие установленных рекордов) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Ваши профессиональные достижения за последний год: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
9. Являлись ли вы участником олимпиады (Год. Какое место заняли?) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  10. Какие профессиональные цели перед собой ставите? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  11. Как долго планируете быть в спорте? \_\_\_\_\_
  12. Что для вас спорт? Почему занимаетесь именно этим видом деятельности? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  13. Как бы вы оценили свою профессиональную успешность (по шкале от 1 до 4, где 1–невысокая успешность, 2 – средняя; 3 – высокая; 4 – очень высокая)? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  14. Наличие спортивных травм (год, вид травмы) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Как \_\_\_\_\_ долго \_\_\_\_\_ длился \_\_\_\_\_ период \_\_\_\_\_ реабилитации \_\_\_\_\_ после травмы? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Помогало ли вам пережить ситуацию травмы ваше близкое социальное окружение (тренер, семья)? Если да, то как? \_\_\_\_\_

Повлияла ли спортивная травма на вашу профессиональную успешность, если да, то как? \_\_\_\_\_

15. Есть ли у вас конкретные профессиональные планы после окончания спортивной карьеры (собираетесь ли вы стать тренером или освоить иную профессию, почему? политические планы?) \_\_\_\_\_

16. Как вы распоряжаетесь своим доходом? (есть ли определенная накопительная цель, какая?) \_\_\_\_\_

### Сравнительная статистика внутри кластера 1

Таблица значимых различий показателей ИТО и СЖО

Значимые различия	Rank Sum (1)	Rank Sum (2)	U	Z	p-level
<b>Сравнение между возрастом 15-18 и 19-22</b>					
Ригидность	1963,50	3814,50	1017,50	-2,28	0,022730
<b>Сравнение между возрастом 15-18 и 23-26</b>					
Тревожность	2304,0	2067,0	792,0	2,181	0,029207
<b>Сравнение между возрастом 15-18 и 27-30</b>					
Ригидность	1415,5	1587,5	469,5	-2,68	0,007308
<b>Сравнение между возрастом 19-22 и 23-26</b>					
Агрессивность	4075,0	2480,0	1205,0	2,26	0,024096
Сензитивность	4067,5	2487,5	1212,5	2,21	0,026913
Тревожность	4072,0	2483,0	1208,0	2,24	0,025191
<b>Сравнение между возрастом 19-22 и 27-30</b>					
Агрессивность	3478,0	1373,0	778,0	2,31	0,020685
<b>Сравнение между возрастом 23-26 и 27-30</b>					
Интроверсия	1895,5	1674,5	620,5	-2,09	0,036492
Результативность жизни	1908,0	1662,0	633,0	-1,98	0,047986

Таблица значимых различий показателей ИТО и СЖО по успешности

Успешность 1-3	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Результативность жизни	616,5	3661,5	175,5	2,60	0,009261
Успешность 2-3	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Интроверсия	5519,0	7361,0	2516,0	-2,32	0,020314
Результативность жизни	6818,0	6062,0	2576,0	2,12	0,034379
Успешность 2-4	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Экстраверсия	4832,5	1272,5	711,5	3,65	0,000266
Агрессивность	4649,5	1455,5	894,5	2,45	0,014186
Успешность 3-4	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Экстраверсия	5252,5	1533,5	972,5	2,43	0,015126
Агрессивность	5219,5	1566,5	1005,5	2,23	0,025920

\* Примечание: 1 – невысокий уровень профессиональной успешности; 2 – средний уровень профессиональной успешности; 3 – высокий уровень профессиональной успешности; 4- очень высокий уровень профессиональной успешности

Таблица значимых различий ИТО по полу (по показателям СЖО различий нет)

	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Тревожность	11405,5	9097,5	3530,5	-3,18	0,001488

**Сравнительная статистика внутри кластера 2**

Таблица значимых различий показателей ИТО и СЖО

Значимые различия	Rank Sum (1)	Rank Sum (2)	U	Z	p-level
<b>Сравнение между возрастом 15-18 и 23-26</b>					
Аггравация	4480,0	1625,0	995,0	2,04	0,041596
Агрессивность	4527,0	1578,0	948,0	2,34	0,019327
<b>Сравнение между возрастом 15-18 и 27-30</b>					
Процесс жизни	3102,0	639,0	252,0	-2,08	0,037960
<b>Сравнение между возрастом 15-18 и 31-34</b>					
Агрессивность	2995,5	7,5	4,5	2,26	0,023958
<b>Сравнение между возрастом 19-22 и 23-26</b>					
Агрессивность	6156,0	1719,0	1089,0	2,67	0,007534
<b>Сравнение между возрастом 19-22 и 27-30</b>					
Аггравация	4407,0	744,0	312,0	-1,99	0,046053
<b>Сравнение между возрастом 19-22 и 31-34</b>					
Агрессивность	4270,5	7,5	4,5	2,29	0,022070
<b>Сравнение между возрастом 23-26 и 27-30</b>					
Аггравация	733,0	348,0	103,0	-2,30	0,021178

Таблица значимых различий показателей СЖО и ИТО по успешности

Успешность 1-2	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Результативность жизни	2938,5	9941,5	1426,5	2,29	0,022106
Локус контроля жизни	2968,5	9911,5	1396,5	2,42	0,015534
Осмысленность жизни	3182,5	9697,5	1182,5	3,36	0,000793
Успешность 1-3	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Цели в жизни	1360,5	1565,5	484,5	2,18	0,028976
Результативность жизни	1413,5	1512,5	431,5	2,75	0,006014
Осмысленность жизни	1448,5	1477,5	396,5	3,12	0,001815
Успешность 1-4	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Интроверсия	602,0	64,0	43,0	2,00	0,046039
Осмысленность жизни	605,0	61,0	40,0	2,12	0,033806
Успешность 2-4	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Интроверсия	9130,5	185,5	164,5	2,39	0,016866
Цели в жизни	8706,5	609,5	191,5	-2,10	0,035422
Успешность 3-4	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Интроверсия	1295,0	83,0	62,0	2,18	0,029499
Цели в жизни	1135,0	243,0	54,0	-2,41	0,016133

\* Примечание: 1– невысокий уровень профессиональной успешности; 2 – средний уровень профессиональной успешности; 3 – высокий уровень профессиональной успешности; 4- очень высокий уровень профессиональной успешности

Таблица значимых различий показателей ИТО по полу

	Rank Sum (м)	Rank Sum (ж)	U	Z	p-level
Аггравация	11312,0	11479,0	4291,0	-2,94	0,003295
Агрессивность	13533,5	9257,5	4697,5	2,03	0,042390
Сензитивность	11260,5	11530,5	4239,5	-3,05	0,002258
Тревожность	11191,5	11599,5	4170,5	-3,21	0,001335

\* по показателям СЖО различий не выявлено

### Сравнительная статистика внутри кластера 3

Таблица значимых различий показателей ИТО и СЖО

Значимые различия	Rank Sum (1)	Rank Sum (2)	U	Z	p-level
<b>Сравнение между возрастом 15-18 и 23-26</b>					
Агрессивность	1196,0	79,0	58,0	2,21	0,027161
Тревожность	1053,5	221,5	63,5	-2,05	0,040855
<b>Сравнение между возрастом 19-22 и 23-26</b>					
Тревожность	443,0	152,0	37,0	-2,12	0,033734
<b>Сравнение между возрастом 19-22 и 27-30</b>					
Результативность жизни	451,5	178,5	45,5	-2,17	0,030384

Таблица значимых различий показателей ИТО и СЖО по успешности

Успешность 1-2	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Сензитивность	841,0	1644,0	266,0	2,71	0,006640
Цели в жизни	471,0	2014,0	300,0	-2,26	0,023976
Успешность 1-3	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Процесс жизни	328,0	137,0	59,0	2,07	0,038049
Успешность 1-4	Rank Sum	Rank Sum	U	Z	p-level
Цели в жизни	177,5	53,5	6,5	-2,06	0,039368

\*Примечание: 1- невысокий уровень профессиональной успешности; 2 –средний уровень профессиональной успешности; 3- высокий уровень профессиональной успешности; 4- очень высокий уровень профессиональной успешности

Таблица значимых различий показателей ИТО и СЖО по полу

	Rank Sum (м)	Rank Sum (ж)	U	Z	p-level
Агрессивность	2090,0	1565,0	662,0	2,12	0,034145
Тревожность	1588,0	2067,0	642,0	-2,29	0,021782
Цели в жизни	2113,5	1541,5	638,5	2,32	0,020077
Локус контроля жизни	2129,0	1526,0	623,0	2,46	0,013849
Осмысленность жизни	2129,0	1526,0	623,0	2,46	0,013849

**Первичные данные по результатам интервью спортсменов,  
распределение внутри кластеров в %**

**Мотивы выбора вида спорта**

кластеры	самостоятельный выбор	родители	друзья	агитация тренера в школе	для здоровья	династия
1	27%	23%	9%	14%	5%	22%
2	24%	21%	12%	16%	9%	18%
3	26%	22%	7%	22%	7%	16%

**Профессиональные и жизненные планы спортсменов**

кластеры	тренер	спортивный менеджмент	другая специальность	семья	свое дело	неопределенно	политика
1	33%	12%	10%	2%	2%	40%	1%
2	27%	14%	7%	1%	1%	49%	1%
3	19%	14%	14%	2%	2%	49%	0%

**Планируемая длительность соревновательной деятельности**

кластеры	1—4 (лет)	5 – 8 (лет)	9 –12 (лет)	13 – 15 (лет)
1	46%	30%	22%	2%
2	34%	40%	14%	12%
3	42%	33%	21%	4%

**Результаты лонгитюдного исследования изменений смысложизненных ориентаций спортсменов с использованием критерия Вилкоксона.**

Таблица динамики смысложизненных ориентаций у всех респондентов

Переменные	Все респонденты		
	T	Z	p
Цели в жизни	1664,0*	2,6	<0,05
Процесс жизни	2213,5	0,9	>0,1
Результативность жизни	598,0**	6,7	<0,01
Локус контроля Я	2055,0	0,2	>0,1
Локус контроля жизни	1591,0*	2,0	<0,05
Осмысленность жизни	2632,0	0,3	>0,1

Таблица динамики смысложизненных ориентаций в зависимости от кластера

Переменные	1 кластер			2 кластер			3 кластер		
	T	Z	p	T	Z	p	T	Z	p
Цели жизни	267,5	1,0	>0,1	220,0**	3,8	<0,01	32,0	0,9	>0,1
Процесс жизни	298,5	1,3	>0,1	334,0*	2,4	<0,05	38,0	0,5	>0,1
Результативность жизни	50**	5	<0,01	204,5**	3,7	<0,01	18,0	1,6	>0,1
Локус контроля Я	236,5	1,3	>0,1	383,0	1,3	>0,1	35,0	0,3	>0,1
Локус контроля жизни	176,0*	2,1	<0,05	202,5**	3,4	<0,01	16,5*	2,0	<0,05
Осмысленность жизни	171,0**	3,5	<0,01	328,0**	2,8	<0,01	22,0	1,6	>0,1

Таблица динамики смысложизненных ориентаций в зависимости от пола

Переменные	мужчины			женщины		
	T	Z	p	T	Z	p
Цели в жизни	441,0	1,5	>0,1	401,5*	2,1	<0,0358
Процесс жизни	565,5	0,5	>0,1	446,5	1,8	>0,05
Результативность жизни	137,0**	4,8	<0,01	167,0**	4,6	<0,01
Локус контроля Я	454,0	0,2	>0,1	540,0	0,5	>0,1
Локус контроля жизни	417,0	0,4	>0,1	386,0*	2,3	<0,05
Осмысленность жизни	528,5	1,3	>0,1	561,5	1,4	>0,1

**Таблица изменений смысложизненных ориентаций с течением времени у спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности.**

Успешность	Переменные	T	Z	p
1	Цели	16,0	0,3	0,7794
	Процесс	12,0	0,8	0,4008
	Результат	0,0*	2,2	0,0277
	ЛКЯ	10,5	1,1	0,2936
	ЛКЖ	13,5	0,6	0,5286
	ОЖ	16,0	0,3	0,7794
2	Цели	520,0	1,9	0,0554
	Процесс	692,5	0,4	0,6668
	Результат	191,5**	4,9	0,000001
	ЛКЯ	658,5	0,0	0,9664
	ЛКЖ	571,5	0,9	0,3911
	ОЖ	748,5	0,4	0,6864
3	Цели	87,0	1,8	0,0719
	Процесс	169,5	0,2	0,8789
	Результат	72,0**	2,8	0,0049
	ЛКЯ	145,0	0,1	0,8864
	ЛКЖ	82,0	1,9	0,0520
	ОЖ	194,0	0,2	0,8376
4	Цели	7,5*	2,0	0,0415
	Процесс	18,5	0,9	0,3590
	Результат	0,0**	2,9	0,0033
	ЛКЯ	4,5	1,9	0,0587
	ЛКЖ	11,0	1,0	0,3270
	ОЖ	32,0	0,1	0,9292

Примечание: \* при  $p < 0,05$ ; \*\* при  $p < 0,01$

**Таблица динамики смысловых ориентаций с течением времени в зависимости от изменения профессиональной успешности**

Динамика успешности	Переменные	T	Z	p
Не изменилась	Цели в жизни	275,5*	2,2	0,0278
	Процесс жизни	417,5	1,1	0,2590
	Результативность жизни	150,0**	4,1	0,00003
	Локус контроля Я	419,0	0,1	0,8815
	Локус контроля жизни	265,0*	2,3	0,0197
	Осмысленность жизни	485,5	0,6	0,5479
Повысилась	Цели в жизни	443,5	1,5	0,1383
	Процесс жизни	575,0	0,1	0,8939
	Результативность жизни	118,0**	4,9	0,000001
	Локус контроля Я	433,0	0,5	0,6291
	Локус контроля жизни	391,5	0,8	0,4531
	Осмысленность жизни	662,0	0,0	0,9925
Снизилась	Цели в жизни	9,0	0,8	0,3980
	Процесс жизни	9,0	0,3	0,7532
	Результативность жизни	2,0*	2,0	0,0425
	Локус контроля Я	12,5	0,3	0,7998
	Локус контроля жизни	13,5	0,1	0,9326
	Осмысленность жизни	13,5	0,1	0,9326

Примечание: \* при  $p < 0,05$ ; \*\* при  $p < 0,01$

**Выявление различий смысловых ориентаций представителей разных видов спорта с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни**

Переменные	Вид спорта 1	Вид спорта 2	U	Z	p-level
Цели	тяжелая атлетика	современное пятиборье	2520,5	2,3	0,020859
ЛКЯ		велоспорт шоссе	3021,5	2,4	0,016241
Процесс		велоспорт ВМХ	1021,5	-2,4	0,015645
Результат		велоспорт МТБ	1785,5	-2,6	0,010644
Результат	парусный спорт	велоспорт МТБ	902,5	-2,2	0,024523
ЛКЯ	легкая атлетика	велоспорт шоссе	1926,5	2,1	0,039969
ЛКЖ		велоспорт МТБ	1167,5	2,1	0,035835
		велоспорт трек	968,0	2,0	0,040964
Цели	современное пятиборье	велоспорт шоссе	1534,5	-2,0	0,045488
ЛКЯ			1457,0	2,4	0,017113
Процесс		велоспорт ВМХ	504,0	-2,3	0,019972
Результат		велоспорт МТБ	879,5	-2,4	0,015997
Процесс	плавание на открытой воде	велоспорт ВМХ	250,5	-2,1	0,032962
Результат		велоспорт МТБ	430,5	-2,2	0,026698
Процесс	велоспорт шоссе	велоспорт ВМХ	605,5	-2,4	0,018571
Результат		велоспорт МТБ	1064,5	-2,4	0,016120
ЛКЯ			1037,5	-2,6	0,010181
ЛКЖ	велоспорт ВМХ	велоспорт трек	320,5	2,1	0,035367

### Результаты дисперсионного анализа влияния мотивов выбора спортивной карьеры на смысложизненные ориентации

Результаты дисперсионного анализа влияния мотивов выбора спортивной карьеры на смысложизненные ориентации у спортсменов тяжелой атлетики

Шкалы	Multiple R	Multiple R <sup>2</sup>	df	F	p
Цели в жизни	0,25	0,06	5	1,41	0,226811
Процесс жизни	0,32	0,10	5	2,39*	0,042256
Результативность жизни	0,19	0,04	5	0,84	0,521015
Локус контроля Я	0,27	0,08	5	1,74	0,131460
Локус контроля жизни	0,39	0,16	5	3,94*	0,002545
Осмысленность жизни	0,35	0,12	5	2,97*	0,014896

Примечание: \* знаком отмечены значимые F-критерии

Результаты дисперсионного анализа влияния мотивов выбора спортивной карьеры на смысложизненные ориентации у представителей современного пятиборья

Шкалы	Multiple R	Multiple R <sup>2</sup>	df	F	p
Цели в жизни	0,26	0,07	5	0,71	0,616928
Процесс жизни	0,40	0,16	5	1,95	0,102361
Результативность жизни	0,26	0,07	5	0,75	0,586416
Локус контроля Я	0,41	0,17	5	2,12	0,078313
Локус контроля жизни	0,45	0,21	5	2,63*	0,034325
Осмысленность жизни	0,22	0,05	5	0,54	0,742299

Примечание: \* знаком отмечены значимые F-критерии

**Результаты регрессионного анализа влияния смысло-жизненных ориентаций спортсменов на их профессиональные и жизненные планы с учетом пола и наличия или отсутствия спортивной травмы**

Переменные, вошедшие в анализ	Профессиональные планы	
	$\beta$	p-level
Локус контроля Жизнь	0,19*	0,01001
Процесс	-0,08	0,21855
Результат	-	-
Цели	-	-
Осмысленность жизни	-0,12	0,20857

Примечание: \* отмечены значимые  $\beta$ -коэффициенты

Переменные, вошедшие в анализ	Мужчины		Женщины	
	$\beta$	p-level	$\beta$	p-level
Процесс	-0,18*	0,0067	-	-
Локус контроля Жизнь	0,07	0,2654	0,26*	0,0206
Осмысленность жизни	-	-	-0,2	0,0775

Примечание: \* отмечены значимые  $\beta$ -коэффициенты

Переменные, вошедшие в анализ	Травмы нет		Травма есть	
	$\beta$	p-level	$\beta$	p-level
Процесс	-0,14*	0,0139	-	-
Локус контроля Жизнь	0,08	0,146	0,4*	0,0053
Осмысленность жизни	-	-	-0,33*	0,0213

Примечание: \* отмечены значимые  $\beta$ -коэффициенты

**Результаты регрессионного анализа влияния смысложизненных ориентаций  
на профессиональные и жизненные планы представителей разных видов  
спорта**

Переменные, вошедшие в анализ	Тяжелая атлетика		Легкая атлетика		Современное пятиборье	
	$\beta$	p-level	$\beta$	p-level	$\beta$	p-level
Процесс	-0,23*	0,033	-0,28	0,092	0,19	0,311
Локус контроля Жизнь	0,19	0,068	0,16	0,378	0,65*	0,001
Результат	-	-	-0,36*	0,016	-	-
Осмысленность жизни	-	-	0,42	0,271	-0,37	0,136

Примечание: \* отмечены значимые  $\beta$ -коэффициенты

Переменные, вошедшие в анализ	Шоссейный велоспорт		Трековый велоспорт	
	$\beta$	p-level	$\beta$	p-level
Цели	0,37*	0,0409	-0,44*	0,0392
Локус контроля Я	-0,40*	0,0256	-	-
Локус контроля Жизнь	-	-	0,30	0,1593

Примечание: \* отмечены значимые  $\beta$ -коэффициенты

### Результаты регрессионного анализа.

Таблица значимых влияний СЖО на профессиональную успешность в зависимости от планируемой длительности соревновательной деятельности

Планируемая длительность соревновательной деятельности	Значимые переменные	Multiple R <sup>2</sup>	F	p-level	Beta	p-level
1	Локус контроля жизни	0,64	4,8	0,03334	1,72	0,010
	Осмысленность жизни				-1,52	0,028
4	Цели в жизни	0,12	6,5	0,00038	0,31	0,001
	Процесс жизни				-0,20	0,034
5	Процесс жизни	0,09	6,2	0,01515	0,30	0,015
6	Процесс жизни	0,67	6,1	0,01501	0,79	0,005
	Локус контроля Я				0,70	0,010
7	Цели в жизни	0,37	4,7	0,02479	0,68	0,008
8	Локус контроля Я	0,09	3,1	0,03003	0,22	0,047
15	Локус контроля Жизни	0,83	9,7	0,02929	1,34	0,012
	Процесс жизни				-0,88	0,045

**Результаты корреляционного анализа, направленного на выявление  
взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-  
типологических особенностей**

Корреляционная матрица взаимосвязей СЖО и ИТО

	Цели в жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля Я	Локус контроля жизни	Осмысленность жизни
Аггравация	-0,04	-0,08	-0,03	-0,08	-0,03	-0,08
Экстраверсия	0,08	0,18*	0,15*	0,14*	0,10*	0,15*
Спонтанность	0,10*	0,15*	0,15*	0,12*	0,09	0,16*
Агрессивность	0,02	0,04	0,04	0,06	0,02	0,04
Ригидность	0,21*	0,11*	0,15*	0,16*	0,14*	0,18*
Интроверсия	-0,05	-0,18*	-0,11*	-0,06	-0,07	-0,12*
Сензитивность	-0,03	0,00	-0,05	-0,02	-0,02	-0,03
Тревожность	-0,06	-0,07	-0,06	-0,13*	-0,10*	-0,10*
Лабильность	0,05	0,05	0,02	0,02	0,03	0,04

Примечание: \* отмечены значимые r-корреляции Спирмена

**Результаты корреляционного анализа, направленного на выявление взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей у спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности**

Корреляционная матрица взаимосвязей СЖО и ИТО у спортсменов с невысокой профессиональной успешностью

	Цели жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля Я	Локус контроля жизни	Осмысленность жизни
Аггравация	0,03	-0,09	-0,20	0,12	0,05	0,01
Экстраверсия	-0,03	0,16	0,08	-0,02	0,14	0,10
Спонтанность	0,07	0,11	0,11	0,10	0,10	0,10
Агрессивность	0,22	0,33*	0,14	0,22	0,21	0,27*
Ригидность	0,24	0,05	-0,09	0,13	-0,05	0,09
Интроверсия	0,01	-0,27*	-0,12	0,05	-0,21	-0,14
Сензитивность	-0,24	0,05	-0,15	-0,06	-0,25	-0,17
Тревожность	-0,16	-0,18	-0,30*	-0,12	-0,28*	-0,27*
Лабильность	-0,15	0,07	-0,10	0,02	-0,03	-0,06

Примечание: \* отмечены значимые r-корреляции Спирмена

Корреляционная матрица взаимосвязей СЖО и ИТО у спортсменов со средней профессиональной успешностью

	Цели жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля Я	Локус контроля жизни	Осмысленность жизни
Аггравация	-0,04	-0,09	0,04	-0,07	0,00	-0,08
Экстраверсия	0,13*	0,22*	0,17*	0,23*	0,19*	0,23*
Спонтанность	0,08	0,17*	0,20*	0,15*	0,09	0,18*
Агрессивность	0,03	0,08	0,05	0,11	0,05	0,07
Ригидность	0,14*	0,14*	0,17*	0,13*	0,07	0,16*
Интроверсия	0,01	-0,15*	-0,09	-0,07	-0,09	-0,11
Сензитивность	-0,01	-0,05	-0,02	-0,08	0,05	-0,03
Тревожность	-0,07	-0,11	-0,03	-0,18*	-0,09	-0,13*
Лабильность	0,12	0,06	0,03	0,04	0,12	0,09

Примечание: \* отмечены значимые r-корреляции Спирмена

Корреляционная матрица взаимосвязей СЖО и ИТО, у спортсменов с высокой профессиональной успешностью

	Цели жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля Я	Локус контроля жизни	Осмысленность жизни
Аггравация	0,03	-0,08	-0,09	-0,10	-0,07	-0,08
Экстраверсия	0,06	0,29*	0,28*	0,11	0,02	0,17*
Спонтанность	0,11	0,13	0,08	0,02	0,03	0,10
Агрессивность	0,10	0,02	0,09	0,00	0,05	0,07
Ригидность	0,29*	0,03	0,16	0,16	0,20*	0,23*
Интроверсия	-0,10	-0,26*	-0,12	-0,10	0,05	-0,11
Сензитивность	0,01	0,03	-0,11	0,06	-0,04	-0,02
Тревожность	0,05	0,07	0,02	0,02	-0,05	0,05
Лабильность	-0,05	0,09	0,13	0,01	-0,11	0,01

Примечание: \* отмечены значимые r-корреляции Спирмена

Корреляционная матрица взаимосвязей СЖО и ИТО, у спортсменов с очень высокой профессиональной успешностью

	Цели жизни	Процесс жизни	Результативность жизни	Локус контроля Я	Локус контроля жизни	Осмысленность жизни
Аггравация	-0,27	-0,08	-0,11	-0,28	-0,20	-0,29
Экстраверсия	0,04	-0,15	-0,10	0,02	-0,06	-0,09
Спонтанность	0,05	-0,10	-0,04	0,19	-0,06	0,05
Агрессивность	-0,08	-0,01	0,10	0,01	-0,04	0,00
Ригидность	0,09	0,08	0,03	0,24	0,30	0,16
Интроверсия	-0,09	-0,03	-0,11	0,07	0,04	-0,05
Сензитивность	0,10	0,09	-0,08	0,07	-0,03	-0,01
Тревожность	-0,31*	-0,06	-0,21	-0,32*	-0,17	-0,32*
Лабильность	0,09	-0,27	-0,32*	-0,07	-0,02	-0,10

Примечание: \* отмечены значимые r-корреляции Спирмена

**Сравнение индивидуально-типологических особенностей и  
смыслоразнозначных ориентаций у спортсменов с травмой и без нее**

Таблица различий индивидуально-типологических особенностей у спортсменов с  
травмой и без нее

	Rank Sum (нет травмы)	Rank Sum (есть травма)	U	Z	p-level
Агрессивность	92248,5	33001,5	24223,5	0,0	0,9639
Экстраверсия	90896,5	34353,5	23000,5	-0,9	0,3660
Спонтанность	93035,0	32215,0	23437,0	0,6	0,5501
Агрессивность	92502,5	32747,5	23969,5	0,2	0,8230
Ригидность	90960,0	34290,0	23064,0	-0,9	0,3901
Интроверсия	91136,5	34113,5	23240,5	-0,7	0,4620
Сензитивность	93861,0	31389,0	22611,0	1,2	0,2390
Тревожность	91696,0	33554,0	23800,0	-0,3	0,7318
Лабильность	91015,5	34234,5	23119,5	-0,8	0,4119

Примечание: Значимых различий выявлено не было

Таблица различий смыслоразнозначных ориентаций у спортсменов  
с травмой и без нее

	Rank Sum (нет травмы)	Rank Sum (есть травма)	U	Z	p-level
Цели в жизни	90178,0	35072,0	22282,0	-1,4	0,1590
Процесс жизни	90997,0	34253,0	23101,0	-0,8	0,4046
Результативность жизни	90476,5	34773,5	22580,5	-1,2	0,2305
Локус контроля Я	93434,0	31816,0	23038,0	0,9	0,3801
Локус контроля жизни	90052,5	35197,5	22156,5	-1,5	0,1345
Осмысленность жизни	90578,0	34672,0	22682,0	-1,1	0,2594

Примечание: Значимых различий выявлено не было

**Таблица динамики смысложизненных ориентаций с течением времени в зависимости от спортивной травмы**

Динамика травмы	Переменные	T	Z	p
Не изменилось	Цели в жизни	867,5*	2,2	0,0282
	Процесс жизни	1176,5	1,0	0,3388
	Результативность жизни	363,0**	5,6	0,00000002
	Локус контроля Я	1232,0	0,1	0,9510
	Локус контроля жизни	734,0*	2,4	0,0176
	Осмысленность жизни	1399,5	0,5	0,6045
Раньше была, новая травма не получена	Цели в жизни	53,0*	2,2	0,0298
	Процесс жизни	91,5	0,5	0,6143
	Результативность жизни	28,5**	2,9	0,0043
	Локус контроля Я	56,5	0,6	0,5521
	Локус контроля жизни	83,5	0,8	0,4222
	Осмысленность жизни	94,0	0,7	0,4549
Раньше не было, со временем получил травму	Цели в жизни	4,5	0,8	0,4185
	Процесс жизни	3,0	1,2	0,2249
	Результативность жизни	0,0*	2,0	0,0431
	Локус контроля Я	3,0	0,7	0,4652
	Локус контроля жизни	1,0	1,5	0,1441
	Осмысленность жизни	2,0	1,5	0,1380

Примечание: \* при  $p < 0,05$ ; \*\* при  $p < 0,01$

**Сравнение смысложизненных ориентаций спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности, имеющих в анамнезе спортивные травмы**

Сравнение СЖО у травмированных спортсменов с невысокой и средней профессиональной успешностью

Переменные	Rank Sum (невысокая успешность)	Rank Sum (средняя успешность)	U	Z	p-level
Цели в жизни	208,0	2420,0	163,0*	-2,05	0,040195
Процесс жизни	312,5	2315,5	267,5	-0,27	0,785290
Результативность жизни	309,0	2319,0	264,0	-0,33	0,739870
Локус контроля Я	238,5	2389,5	193,5	-1,53	0,125418
Локус контроля жизни	276,5	2351,5	231,5	-0,89	0,375940
Осмысленность жизни	260,0	2368,0	215,0	-1,17	0,243475

Примечание: \* -  $p < 0,05$

Сравнение СЖО у травмированных спортсменов с невысокой и высокой профессиональной успешностью

Переменные	Rank Sum (невысокая успешность)	Rank Sum (высокая успешность)	U	Z	p-level
Цели в жизни	154,0	1331,0	109,0*	-2,17	0,029995
Процесс в жизни	215,0	1270,0	170,0	-0,75	0,450648
Результативность жизни	190,0	1295,0	145,0	-1,33	0,182010
Локус контроля Я	171,5	1313,5	126,5	-1,76	0,077735
Локус контроля жизни	170,0	1315,0	125,0	-1,80	0,072051
Осмысленность жизни	176,5	1308,5	131,5	-1,65	0,099367

Примечание: \* -  $p < 0,05$

Сравнение СЖО у травмированных спортсменов с невысокой и очень высокой профессиональной успешностью

Переменные	Rank Sum (невысокая успешность)	Rank Sum (очень высокая успешность)	U	Z	p-level
Цели в жизни	80,5	219,5	35,5	-1,91	0,056378
Процесс жизни	100,5	199,5	55,5	-0,72	0,474275
Результативность жизни	97,0	203,0	52,0	-0,92	0,355361
Локус контроля Я	100,5	199,5	55,5	-0,72	0,474275
Локус контроля жизни	95,0	205,0	50,0	-1,04	0,296718
Осмысленность жизни	92,0	208,0	47,0	-1,22	0,221563

Примечание: Значимых различий не выявлено

Сравнение СЖО у травмированных спортсменов со средней и высокой профессиональной успешностью

Переменные	Rank Sum (средняя успешность)	Rank Sum (высокая успешность)	U	Z	p-level
Цели в жизни	3354,0	2532,0	1338,0	-0,50	0,620308
Процесс жизни	3297,5	2588,5	1281,5	-0,85	0,396717
Результативность жизни	3218,0	2668,0	1202,0	-1,34	0,179301
Локус контроля Я	3391,0	2495,0	1375,0	-0,26	0,791130
Локус контроля жизни	3188,0	2698,0	1172,0	-1,53	0,126052
Осмысленность жизни	3188,5	2697,5	1172,5	-1,53	0,126825

Примечание: Значимых различий не выявлено

Сравнение СЖО у травмированных спортсменов со средней и очень высокой профессиональной успешностью

Переменные	Rank Sum (средняя успешность)	Rank Sum (очень высокая успешность)	U	Z	p-level
Цели в жизни	2478,0	603,0	462,0	-0,13	0,894097
Процесс жизни	2450,5	630,5	434,5	-0,48	0,629966
Результативность жизни	2413,0	668,0	397,0	-0,96	0,338461
Локус контроля Я	2555,0	526,0	406,0	0,84	0,399169
Локус контроля жизни	2468,5	612,5	452,5	-0,25	0,799831
Осмысленность жизни	2469,5	611,5	453,5	-0,24	0,809642

Примечание: Значимых различий не выявлено

Сравнение СЖО у травмированных спортсменов с высокой и очень высокой профессиональной успешностью

Переменные	Rank Sum (средняя успешность)	Rank Sum (очень высокая успешность)	U	Z	p-level
Цели	1399,0	431,0	311,0	0,45	0,650983
Процесс	1373,5	456,5	336,5	0,02	0,986380
Результат	1359,5	470,5	324,5	-0,22	0,824368
Локус контроля Я	1433,5	396,5	276,5	1,04	0,297706
Локус контроля Жизнь	1421,5	408,5	288,5	0,84	0,402870
Осмысленность жизни	1426,0	404,0	284,0	0,91	0,361070

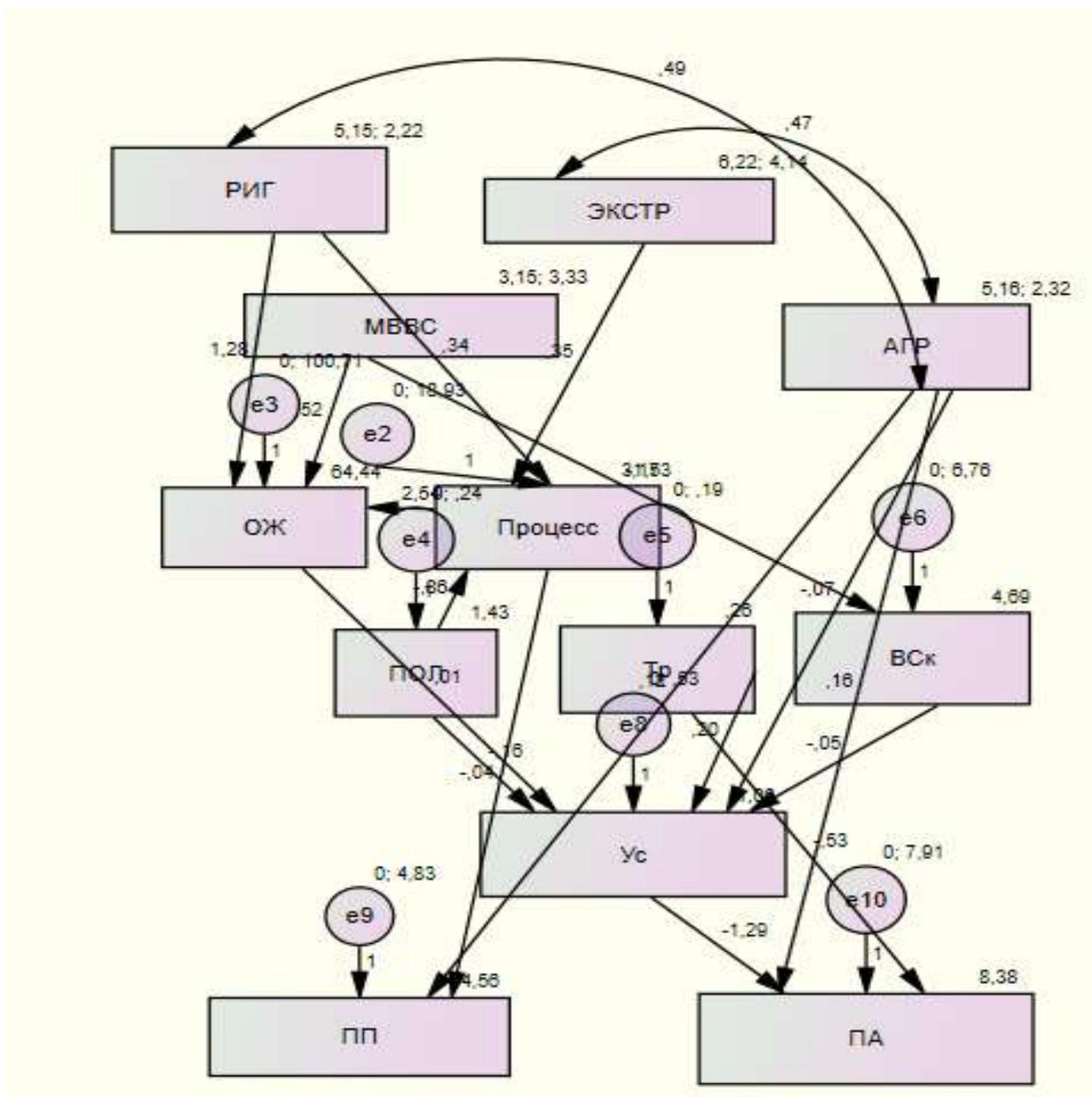
Примечание: Значимых различий выявлено не было

### Результаты путевого анализа

Не стандартизированные регрессионные нагрузки для модели

		Estimate	S.E.	C.R.	P	label
Процесс жизни	← Пол	-0,9	0,394	2,190	0,029	par_1
Процесс жизни	← Экстраверсия	0,4	0,096	3,684	<0,0001	par_15
Процесс жизни	← Ригидность	0,3	0,131	2,622	0,009	par_19
Вид спорта	← Мотивы выбора спортивной карьеры	-0,2	0,064	2,732	0,006	par_2
Осмысленность жизни	← Мотивы выбора спортивной карьеры	0,5	0,247	2,122	0,034	par_13
Осмысленность жизни	← Процесс жизни	2,5	0,102	4,983	<0,0001	par_14
Осмысленность жизни	← Ригидность	1,3	0,304	4,208	<0,0001	par_18
Успешность	← Пол	-0,2	0,067	2,460	0,014	par_3
Успешность	← Травма	0,2	0,074	2,707	0,007	par_4
Успешность	← Вид спорта	-0,1	0,013	4,102	<0,0001	par_5
Успешность	← Агрессивность	-0,1	0,022	3,363	<0,0001	par_6
Успешность	← Осмысленность жизни	0,1	0,002	6,183	<0,0001	par_7
Планируемая длительность соревновательной деятельности	← Успешность	-1,3	0,162	7,966	<0,0001	par_8
Планируемая длительность соревновательной деятельности	← Агрессивность	0,2	0,083	1,878	0,060	par_9
Профессиональные и жизненные планы	← Агрессивность	0,1	0,065	1,901	0,057	par_10
Профессиональные и жизненные планы	← Процесс жизни	-0,04	0,022	2,012	0,044	par_11
Планируемая длительность соревновательной деятельности	← Травма	-0,5	0,288	1,831	0,067	par_12

**Схема путевого анализа системы психологических факторов профессиональной успешности представителей разных видов спорта высших достижений**



\* Сокращения: Риг – ригидность; Экстр – экстраверсия; Агр – агрессивность;

Мвс – мотивы выбора спортивной карьеры; ОЖ – осмысленность жизни; Тр – травма; ВС – вид спорта; Ус – успешность; ПП – профессиональные планы; ПА – планируемая длительность соревновательной деятельности