

Секция «Психология»

**Влияние отношений с тренером на самооффективность спортсмена**

***Ильичёв Валентин Александрович***

*Студент*

*Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Факультет*

*психологии, Москва, Россия*

*E-mail: 89262232599@mail.ru*

Спортсмены в своей деятельности часто сталкиваются со множеством трудностей и негативных моментов, таких как поражения, ссоры с командой, испорченные отношения с тренером и т.д. Однако поведение и реакции спортсмена во многом определяются не самими событиями, а тем, как он их воспринимает.

Для того чтобы спортсмен был успешен в своей деятельности, необходимо, чтобы у него был сформирован личностный потенциал. Понятие личностного потенциала было введено Д.А.Леонтьевым в рамках разработанного им деятельностно-смыслового подхода [2]. Под личностным потенциалом понимается системная организация личностных особенностей, представляющих основу, или «стержень», личности индивида [2]. Психологическое здоровье, зрелость и успешность деятельности субъекта являются составляющими данного потенциала. У индивидов со сформированным личностным потенциалом неудачи и трудности, возникающие на пути, не способны изменить их представления о собственной эффективности, их оптимистичную веру в свой потенциал [2]. Эта вера является важнейшей составляющей личностного потенциала и обозначается термином «самоэффективность». Вопрос самоэффективности, в свою очередь, всегда актуален для спортивной деятельности, где от веры спортсмена в свои силы зависят его спортивные достижения. Отметим, что под самоэффективностью личности мы понимаем веру индивида в способность справиться с деятельностью, ведущей к достижению некоторого результата [1]. Поскольку спортсмен постоянно находится в тесном взаимодействии с тренером, мы предположили, что отношения спортсмена с тренером могут оказывать влияние на веру спортсмена в свои силы, т.е. на его самоэффективность.

Целью данного исследования являлось установление связи между характером отношений в системе «тренер-спортсмен» и уровнем самоэффективности спортсменов. Таким образом, была выдвинута гипотеза о том, что характер взаимоотношений с тренером связан с уровнем самоэффективности спортсмена. В исследовании приняли участие 30 респондентов, ученики спортивной школы, занимающиеся единоборствами (самбо, дзюдо) в возрасте 16-17 лет, мужского пола. Для определения уровня благоприятности отношений спортсменов с тренерами в целом, а так же по трем компонентам (гностическому, эмоциональному и поведенческому) мы применили методику «Социально - перцептивная оценка личноно - деятельных особенностей тренера» (авторы Ю.Л.Ханин, А. Стамбулов). С помощью методики изучения общей самоэффективности личности (авторы Р. Шварцер, М. Ерусалем, адаптация В. Ромека) были выявлены респонденты с низким, средним и высоким уровнями самоэффективности. Полученные данные обрабатывались методом корреляционного анализа (с использованием коэффициента корреляции  $r$  Пирсона).

Таким образом, было установлено, что уровень самоэффективности личности спортсменов позитивно связан с уровнем благоприятности отношений в системе «тренер-

спортсмен» (в общем, по гностическому параметру и по поведенческому параметру). А также уровень самоэффективности личности спортсменов отрицательно связан с уровнем благоприятности отношений в системе «тренер-спортсмен» по эмоциональному параметру. Соответственно, гипотеза исследования подтвердилась.

### **Литература**

1. Гордеева Т.О. Мотивация достижения: теории, исследования, проблемы // Современная психология мотивации. Под ред. Д.А. Леонтьева. М., 2002.
2. Гордеева Т.О. Самоэффективность как составляющая личностного потенциала // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А.Леонтьева. М.: Смысл, 2011. С. 241-266.