

УДК 159.9.07

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АКЦЕНТУИРОВАННЫХ ЧЕРТ ХАРАКТЕРА У СПОРТСМЕНОВ РАЗНОЙ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ**

© **Тудупова Туяна Цибановна**

кандидат психологических наук, доцент,  
Бурятский государственный университет  
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24 а  
E-mail: tuyanatu@mail.ru

© **Смолянкин Вадим Вадимович**

магистрант, Бурятский государственный университет  
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24 а  
E-mail: tuyanatu@mail.ru

Актуальность исследования связана с влиянием акцентуированных черт личности на индивидуальные стратегии поведения спортсмена. Большинство исследований посвящено эмоциональным компонентам состояния, проблема влияния акцентуированных черт характера человека на спортивную деятельность еще недостаточно изучена. Специфика проявления акцентуированных черт характера у спортсменов связана с их спортивной специализацией. Исследование проведено на базе республиканского врачебно-физкультурного диспансера. Выборку составили спортсмены, проживающие на территории Республики Бурятия, в количестве 59 человек, в возрасте от 19 до 28 лет. Спортсмены были разделены на две группы в соответствии с их спортивной специализацией. В первую группу (контактные виды спорта, ведущее значение имеют анализаторные функции и освоение оперативной информации борьбы с соперником) вошли спортсмены, занимающиеся спортивными единоборствами (бокс, борьба, каратэ). Вторую группу (с выполнением соперниками соревновательных действий без помех со стороны друг друга) составили спортсмены стрелковых видов спорта: стрельба из лука, пулевая стрельба. Анализ и обобщение научной психофизиологической, психолого-педагогической литературы, эксперимент, тестирование, статистическая обработка данных. Психодиагностическую часть исследования составили следующие методики: «Сокращенный многофакторный опросник личности» в адаптации В. П. Зайцева и методика К. Леонгарда — Г. Шмишека. Проведенное исследование выявило особенности акцентуированных черт характера у спортсменов. Специфика акцентуированных черт характера у спортсменов связана со спортивной специализацией: проявления типов акцентуаций характера имеют разную степень выраженности в зависимости от специализации. Спортсменов, занимающихся контактными видами спорта, отличает преобладание гипертимического, демонстративного и возбудимого типов акцентуаций характера. Спортсменам, занимающимся бесконтактными видами спорта, свойственны циклотимический и педантичный типы акцентуированных черт характера, слабее выражены тревожный и гипертимический типы. Согласно результатам исследования, с одной стороны, определенные акцентуированные черты могут быть спортивно — важными качествами и влиять на успешность спортивной деятельности, а, с другой стороны, оказывать негативное влияние на спортивные успехи, стабильность спортивных результатов, а также быть фактором деформации личности спортсмена.

**Ключевые слова:** личность спортсмена; спортивная специализация; акцентуированные черты характера.

**Актуальность.** В современной спортивной психологии достаточно большое внимание уделяется проблеме подготовки спортсменов с учётом физиологических и психологических факторов. В организме профессиональных спортсменов вследствие тренировочной и соревновательной деятельности происходят специфические изменения, к примеру, возникновение сердечной аритмии у спортсменов, занимающихся биатлоном, или астматическое дыхание у пловцов. Данные нозологические единицы считаются нормой для спортсменов данных видов спорта [1, с. 5]. Вопросы качественной функциональной диагностики спортсмена, его адаптивных свойств при различных стресс-факторах, рациональная профессиональная ориентация и отбор считаются главными задачами современной спортивной психологии. Если в результате спортивной деятельности происходят психофизиологические изменения и деформации, то уместным является вопрос о личностных изменениях людей, занимающихся профессиональной спортивной деятельностью. Можно согласиться с тем, что циклическое повторение отдельных тренировочных действий, формирование определенных навыков, участие в спортивных соревнованиях, имеющих высокий уровень значимости и требующих максимальной мобилизации ресурсов личности, безусловно, оказывают влияние на психику спортсмена [2, с. 76]. Спорт относится к разряду «экстремальных» видов деятельности. У спортсменов в напряженных, стрессовых ситуациях соревнований и подготовки к ним могут наблюдаться временные, эпизодические состояния, выходящие за пределы нормы. Известным и общепризнанным является тот факт, что определенные черты личности влияют на сам процесс, а также результаты спортивной деятельности. Следует отметить, что при проведении анализа литературных источников по проблемам спортивной деформации и спортивного стресса была выявлен следующий факт — большинство доступных источников по данной проблематике носят уже хрестоматийный характер. По всей видимости, это связано с тем, что в постсоветский период тренерская школа испытывала объективные трудности, а многие наработки в спортивной психологии не имели развития. Вместе с тем, надо отметить, что в настоящее время исследования в области спортивной психологии получают все большую значимость и развитие. На наш взгляд, в большей степени нуждается в актуализации проблема психологической подготовки спортсменов на уровне субъектов Российской Федерации (в том числе и в Республике Бурятия). Необходимо больше внимания и средств уделять развитию спортивной психологии, использовать в подготовке спортсменов достижения современной психологической науки. По статистике, половина неудачных выступлений особенно на крупных соревнованиях связана с плохой психологической подготовкой спортсменов. К сожалению, в большинстве исследований внимание уделяется лишь эмоциональным компонентам состояния, что является ошибкой, так как предстартовое состояние не исчерпывается только эмоциями. Психологическая подготовка спортсмена должна охватывать все уровни личности и иметь системный характер. Исследования психологов либо посвящены частным задачам, зачастую имеют незавершенный характер и не всегда понятны тренерам, либо не дают ощутимого практического эффекта. Известны исследования влияния мотивационных, волевых факторов, ценностных ориентаций и других различных особенностей на

деятельность спортсмена (В. Л. Марищук, А. Ц. Пуни, П. А. Рудик, Н. Б. Стамбулова, Л. К. Серова, О. А. Черникова и др.). Вместе с тем, проблема влияния акцентуированных черт характера человека на спортивную деятельность еще недостаточно изучена.

**Материалы.** Акцентуированные черты характера — это есть чрезмерная выраженность определенных черт, их заострение, крайний вариант нормы. Надо отметить, что усиленные тренировки, травмы, хроническая физическая и психическая усталость от цикличности и монотонности тренировочного процесса, переживания страха проигрыша и неудачи даже у квалифицированных спортсменов — все это может приводить к формированию и развитию акцентуаций. Исследования в области спортивной психологии, проводимые в 70-е годы прошлого века показали, что различия в изменении характерологических особенностей спортсменов под влиянием спортивной деятельности наблюдаются не только между представителями различных видов спорта, но и при реализации разных ролей (позиций) в одном и том же виде спорта [7, с. 17]. Наличие акцентуированных черт личности заметно влияет на индивидуальные стратегии поведения спортсмена. Данные изменения могут влиять как положительно, так и отрицательно на его продуктивность в спортивной деятельности. В частности, выявлено, что спортсмены с шизоидным типом акцентуации характера, из-за присущих им низкой конформности и низкой реакции эмансипации, являются недостаточно успешными в спортивной деятельности. С другой стороны гипертимические черты, выраженные в достаточной форме дают хороший, благоприятный прогноз для занятий спортом [3, с. 130]. Сформированность определенной акцентуации характера накладывает отпечаток и на личную жизнь спортсмена. Так, наличие явных черт возбудимого типа акцентуации характера делает человека импульсивным, высвобождающим накопленную агрессию при потере контроля. Фактически, спортивная деятельность, включающая ежедневные тренировки, является профессиональной деятельностью, соответственно, и личность спортсмена подвержена профессиональной деформации [7, с. 19].

**Результаты и их обсуждение.** Нами были изучены различия в выраженности типов акцентуированных черт характера в группах испытуемых спортсменов с учетом типа их спортивной специализации. Исследование было проведено в ходе проведения ежегодного углубленного медицинского осмотра спортсменов (проводится 1 раз в год) на базе Государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Республиканский врачебно-физкультурный диспансер» Министерства здравоохранения Республики Бурятия. Исследование было проведено в период 2017–2018 годов. В исследовании были использованы следующие методики: «Сокращенный многофакторный опросник личности» в адаптации В. П. Зайцева и методика К. Леонгарда — Г. Шмишека. Всего было обследовано 59 спортсменов. Все испытуемые имели спортивные разряды и звания: кандидат в мастера спорта (45 человек) и мастер спорта (14 человек). Спортсмены были разделены на две группы в соответствии с их спортивной специализацией. В первую группу (контактные виды спорта, где ведущее значение для спортсменов имеют анализаторные функции и освоение оперативной информации борьбы с соперником) вошли испытуемые, занимающиеся спортивными единоборствами (бокс, борьба, каратэ), всего 33 спортсмена. Вторую группу (выполнение соперниками соревновательных действий без помех

со стороны друг друга) составили спортсмены стрелковых видов спорта (стрельба из лука, пулевая стрельба), всего 26 спортсменов.

Рассмотрим полученные данные. Анализируя средние значения показателей акцентуированных черт характера у спортсменов, занимающихся контактными видами спорта, можно отметить следующее. Наиболее часто встречающимся типом акцентуации характера у спортсменов первой группы был выявлен гипертимический тип: среднее значение составило 7,8 ст. ед. Из всех спортсменов контактной группы (33 человека) наличие акцентуированных черт по гипертимическому типу выявлено у 48,6% (16 человек), 5 из которых на уровне тенденций. По методике СМОЛ наличие черт гипертимической акцентуации характера подтвердилось у семи испытуемых с явным завышением показателей по 9-ой шкале (шкале гипомании) в личностном профиле. На втором месте по выраженности оказался демонстративный тип акцентуации характера (среднее значение по выборке — 7,4 ст. ед.). Наличие демонстративного типа акцентуации характера присутствует у 21,2% испытуемых. Данные коррелируют с результатами, полученными по методике СМОЛ, согласно которым подтверждается тенденция к проявлению демонстративного типа акцентуации характера у спортсменов (30,3%). Следует отметить, что 6 спортсменов с завышениями 3 шкалы по методике «СМОЛ» (шкале истерии) так же показали наличие у себя акцентуированных черт характера по методике К. Леонгарда. На наш взгляд, демонстративный тип акцентуированных черт характера у спортсменов — контактников связан, в первую очередь, с публичностью спортивной деятельности, а также с определенным «чувством превосходства», возникающим в результате победы в процессе контактной борьбы. Данное чувство у спортсмена сохраняется и вне спортивной деятельности, аккумулируясь в акцентуированную черту характера.

Третьим по выраженности типом в группе спортсменов, занимающихся спортивными единоборствами, выступил возбудимый тип акцентуации характера (среднее значение — 7,1 ст. ед.). Наличие возбудимого типа акцентуации характера выявлено у 9,1% испытуемых данной группы. По всей видимости, заострение черт характера по возбудимому типу весьма свойственен именно для спортсменов контактных видов спорта. Так, для успешного выступления на соревнованиях спортсмену — контактнику требуется предварительно настроить себя, возможно даже и «накопить» достаточное количество негативных эмоций и в нужный момент вложить их в один-два удара, которые и принесут ему победу. Именно такая направленность тренировок формирует программу действий, при которой спортсмен сначала настраивается, накапливает негативные эмоции, а потом разряжает их в максимально короткий срок.

Результаты, полученные при исследовании спортсменов, занимающихся бесконтактными видами спорта (выборка № 2) выглядят следующим образом. Наибольшую выраженность в данной выборке испытуемых получили циклотимический и педантичный типы акцентуации характера. Среднее значение по циклотимическому типу акцентуации составило 7,7 ст. ед. У 38,5% спортсменов в данной группе имеется наличие циклотимического типа акцентуации характера, а еще у шести испытуемых (23,1%) черты данной акцентуации находятся на уровне тенденций. Мы предполагаем, что акцентуированные черты по циклотимическому типу формируются на основе тренировочного процесса, а, именно, из-за циклического характера тренировок, предполагающих четкое чередование

упражнений, а также периодов работы и отдыха. Вероятнее всего у спортсменов бесконтактных видов спорта данная тенденция усиливается самой спецификой выполнения упражнений, когда, к примеру, спортсмен концентрирует все свое внимание, на выстреле, после чего расслабляется, готовясь к новому подходу.

В группе спортсменов, занимающихся бесконтактными видами спорта, кроме циклотимического типа достаточно выражены акцентуированные черты по педантичному типу (среднее значение 7,3 ст. ед.). Из всех испытуемых (26 человек) данный тип акцентуации характера выявлен у 19,2% спортсменов, и у 46,2% спортсменов черты данного типа акцентуации характера находятся на уровне тенденций. На наш взгляд, черты акцентуации характера по педантичному типу у спортсменов-стрелков возникают вследствие потребности в скрупулезности и максимальной концентрации в период выстрела. Представителям бесконтактных видов спорта в большей степени, чем спортсменам — представителям контактных видов спорта, присущи такие черты, как нерешительность, склонность к самокопанию, склонность к самобичеванию. У спортсменов бесконтактных видов спорта эмоциональная сфера требует жесткого контроля. Именно требование быть максимально собранным в момент выстрела является фактором развития педантичного типа акцентуации характера. Черты педантичного типа акцентуации характера увеличивают успешность и эффективность деятельности спортсмена.

В меньшей степени оказались выраженными акцентуированные черты по тревожному и гипертимическому типам тревожный (7,2 и 6,9 ст. ед. соответственно). Математико-статистический анализ с помощью статистического критерия Манна-Уитни показал, что различия в выраженности определенных акцентуированных черт личности у спортсменов контактных и бесконтактных видов спорта статистически значимы. Представителям контактных видов спорта в меньшей степени, чем спортсменам бесконтактных видов спорта, присущи педантичный  $182,7 < 276$  ( $p < 0,01$ ) и тревожный  $241,6 < 276$  ( $p < 0,01$ ) типы акцентуации характера. Тогда как гипертимический  $301,1 < 320$  ( $p < 0,05$ ), возбудимый  $135,9 < 276$  ( $p < 0,01$ ) и демонстративный  $281 < 320$  ( $p < 0,05$ ) типы акцентуации характера выражены в большей степени у спортсменов, занимающихся контактными видами спорта.

**Заключение.** Таким образом, проведенное исследование позволило выявить особенности акцентуированных черт характера у спортсменов. Специфика акцентуаций характера у спортсменов связана со спортивной специализацией: в зависимости от специализации проявления типов акцентуаций характера имеет разную степень выраженности. Спортсменов, занимающихся контактными видами спорта, отличает преобладание гипертимического, демонстративного и возбудимого типов акцентуаций характера. Спортсменам, занимающимся бесконтактными видами спорта, свойственны циклотимический и педантичный типы акцентуированных черт характера, слабее выражены тревожный и гипертимический типы. Можно говорить о том, что, с одной стороны, определенные акцентуированные черты могут быть спортивно-важными качествами и влиять на успешность спортивной деятельности, а, с другой, оказывать негативное влияние на спортивные успехи, стабильность спортивных результатов, а также быть фактором деформации личности спортсмена.

Подытоживая, отметим, что учет акцентуированных черт характера спортсменов позволит прогнозировать эффективность спортивной деятельности, а также индивидуализировать психологическое сопровождение спортсменов различной специализации.

*Литература*

1. Гекке Т. Спортивная Анатомия / пер. с нем. С. Э. Борич. — Минск: Поппури, 2016. — 272 с.
2. Загайнов Р. М. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления: монография. — М.: Советский спорт, 2010. — 232 с.
3. Зуб И. В. Влияние дзюдо на формирование характера // Вестник Балтийской Педагогической Академии. — 2005. — Вып. 62. — С. 233–236.
4. Колесник И. С., Гатин Ф. А., Осипов Д. А. Применение системного подхода для разработки методики совершенствования технической подготовки квалифицированных боксеров // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — 2017. — Т. 12, № 3. — С. 69–77.
5. Коломиец О. И., Быков Е. В., Петрушина Н. П. Синхронизированное музыкальное воздействие как средство восстановления спортсменов (единоборства) // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. — 2017. — Т. 12, №1. — С. 161–174.
6. Кузнецов А. С., Кузнецова З. М. Комплексное применение средство восстановления в годичном цикле подготовки борцов греко-римского стиля высокой квалификации // Педагогико-психологические проблемы физической культуры и спорта. — 2017. — Т. 12, № 4. — С. 7–17.
7. Романова О. В. Роль акцентуаций характера личности в спортивной деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. — СПб., 2009. — 25 с.
8. Смолянкин В. В., Тудупова Т. Ц. Особенности смысложизненных и карьерных ориентаций личности с разным уровнем познавательных способностей // Подготовка и деятельность педагога-психолога на основе требований профессионального стандарта: материалы междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 20 дек. 2017 г.) / редкол. Л. А. Абрамова [и др.] — Чебоксары: Изд-во Среда, 2017. — С. 94–101.
9. Смолянкин В. В., Тудупова Т. Ц. Особенности проявления акцентуированных черт характера у спортсменов с разной спортивной специализацией // Развитие современного образования: от теории к практике: материалы IV Междунар. науч.-практ. конф. (Чебоксары, 19 март 2018 г.) / редкол. О. Н. Широков [и др.] — Чебоксары: Интерактив плюс, 2018. — С. 63–68.
10. Яковлев Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности: учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2014. — 312 с.
11. Churyumov S. I. Socionic Accentuations // Socionics, mentjology and personaliti psychology. — 2006. — № 6. — P. 15–19.

THE PECULIARITIES OF THE APPEARANCE OF ACCENTED CHARACTERISTICS OF SPORTSMEN OF DIFFERENT SPORTS-SPECIALIZATION

*Tuyana T.S. Tudupova*

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor

Buryat State University after D. Banzarov,

Smolin St., 24a, Ulan-Ude, Russia 670000

E-mail: [tuyanatu@mail.ru](mailto:tuyanatu@mail.ru)

*Vadim V. Smolyankin*

Master student

Buryat State University after D. Banzarov,

Smolin St., 24a, Ulan-Ude, Russia 670000

E-mail: [tuyanatu@mail.ru](mailto:tuyanatu@mail.ru)

The relevance of the research is related to the influence of accentuated personality traits on the individual strategies of the athlete's behavior. Most studies are devoted to the emotional components of the state, the problem of the influence of accentuated traits of a person's character on sports activities has not been sufficiently studied. Materials. Specificity of accentuated character traits in athletes is related to their sports-specialization. The study was carried out on the basis of the republican medical and sports dispensary. The sample was made up of athletes residing in the territory of the Republic of Buryatia, in the number of 59 people, aged 19 to 28 years. Athletes were divided into two groups according to their sport specialization. In the first group (contact kinds of sports, the analytical functions and the mastering of operational information of the struggle against the rival are important) included athletes engaged in combat sports (boxing, wrestling, karate). The second group (with performance by rivals of competitive actions without interference from each other) was made up by sportsmen of shooting sports: archery, bullet shooting. Methods. Analysis and generalization of scientific psychophysiological, psychological and pedagogical literature, experiment, testing, statistical data processing. The psychodiagnostic part of the study was made by the following methods: "A shortened multifactorial questionnaire of personality" in the adaptation of VP Zaitsev and the technique of K. Leonhard-G. Shmishek Results The study revealed features of accentuated personality traits in athletes. Sports-specialization: manifestations of types of character accentuations have a different degree of severity depending on the specialization. Athletes involved in contact sports are distinguished by the predominance of hyperthymic, demonstrative and excitable types of character accentuations. Athletes engaged in non-contact sports are characterized by cyclothimic and pedantic types of accentuated character traits, with less expressed anxiety and hypertimic types. The conclusion. According to the results of the study, on the one hand, certain accentuated features can be sporting — important qualities and influence the success of sports activities, and, on the other hand, have a negative impact on sports success, the stability of sports results, and also be a factor in the deformation of the athlete's personality.

*Keywords:* athlete's personality; sports-specialization; accented character traits.