

Ю.Н. Красмик^{1*}, О.Х.Аймагамбетова¹

¹Казахский национальный университет им. аль-Фараби, Алматы, Казахстан
e-mail: juliakrasmik@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ САМОРЕАЛИЗАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ К СОРЕВНОВАНИЯМ

Аннотация

Актуальность исследования особенностей самореализации в спорте связана с социально-экономической политикой государства, ориентированного на развитие профессионального спорта. После неудачных выступлений казахстанских спортсменов на международных соревнованиях (олимпиад Токио-2021 и Пекин-2022) остро стоит вопрос самореализации казахстанских спортсменов.

Проблемное поле исследования задано сравнением особенностей самореализации спортсменов-профессионалов, спортсменов-любителей и спортсменов-параолимпийцев. Целью статьи является изучение самореализации личности в спортивной деятельности, а также определение различий в компонентах самореализации у спортсменов трех изучаемых категорий.

Для проведения исследования использовался многомерный опросник самореализации личности С.И. Кудинова.

Полученные результаты показали, что выявлены различия в развитии некоторых компонентов самореализации у спортсменов трех изучаемых категорий: динамического, эмоционального и когнитивного компонентов, а также в развитии видов самореализации – социальной самореализации.

Ключевые слова: самореализация, спортсмены, виды и компоненты самореализации.

Ю.Н. Красмик^{1*}, О.Х. Аймаганбетова¹

¹Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Алматы, Қазақстан
e-mail: juliakrasmik@mail.ru

ЖАРЫСТАРҒА ДАЙЫНДЫҚ КЕЗЕҢІНДЕГІ СПОРТШЫЛАРДЫҢ ӨЗІН-ӨЗІ ӨЗЕКТЕНДІРУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ

Аңдатпа

Спорттағы өзін-өзі өзектендіру ерекшеліктерін зерттеудің өзектілігі мемлекеттің кәсіби спортты дамытуға бағытталған әлеуметтік-экономикалық саясатымен байланысты. Қазақстандық спортшылардың халықаралық жарыстардағы (Токио-2021 және Пекин-2022 олимпиадалары) сәтсіз өнер көрсетуінен кейін қазақстандық спортшылардың өзін-өзі таныту мәселесіне қатаң қарауда.

Зерттеудің проблемалық саласы кәсіби-спортшылардың, әуесқой-спортшылардың және параолимпиадашылардың өзін-өзі жүзеге асыру ерекшеліктерін салыстыру арқылы беріледі. Мақаланың мақсаты – жеке тұлғаның спорттық іс-әрекеттегі өзін-өзі жүзеге асыруын зерттеу, сондай-ақ зерттелетін үш санаттағы спортшылар арасындағы өзін-өзі өзектендіру компоненттеріндегі айырмашылықтарды анықтау.

Зерттеу үшін С.И. Кудиновтың тұлғаның өзін-өзі өзектендірудің көп өлшемді сауалнамасы қолданылды.

Алынған нәтижелер зерттелетін үш категорияның спортшылары арасында өзін-өзі жүзеге асырудың кейбір компоненттерінің дамуында айырмашылықтар бар екенін көрсетті: динамикалық, эмоционалдық және когнитивтік компоненттер, сонымен қатар өзін-өзі жүзеге асыру түрлерінің дамуында - әлеуметтік өзін-өзі жүзеге асыру.

Түйін сөздер: өзін-өзі өзектендіру, спортшылар, өзін-өзі өзектендірудің түрлері мен компоненттері.

Yu.N. Krasnik^{1}, O.Kh. Aimagambetova¹*

*¹Al-Farabi Kazakh National University, Almaty, Kazakhstan
e-mail: juliakrasnik@mail.ru*

FEATURES OF ATHLETES' SELF-REALIZATION DURING THE PREPARATION FOR COMPETITIONS

Abstract

The relevance of the study of the features of self-realization in sports is related to the socio-economic policy of the state focused on the development of professional sports. After the unsuccessful performances of Kazakhstani athletes at international competitions (Tokyo-2021 and Beijing-2022 Olympics), the issue of self-realization of Kazakhstani athletes is acute.

The problem field of the study is set by comparing the features of self-realization of professional athletes, amateur athletes and Paralympic athletes. The purpose of the article is to study the self-realization of the individual in sports activities, as well as to determine the differences in the components of self-realization among athletes of the three studied categories.

For the study, a multidimensional questionnaire of self-realization of the personality by S.I. Kudinov.

The results showed that there were differences in the development of some components of self-realization in athletes of the three categories studied: dynamic, emotional and cognitive components, as well as in the development of types of self-realization - social self-realization.

Keywords: *self-realization, athletes, types and components of self-realization.*

Введение

Актуальность исследования. Подготовка спортсменов высокого уровня зависит от многих условий: экономического обеспечения, организации тренировок, материального стимулирования, планирования, реабилитации, медицинского сопровождение и популярности определенного вида спорта. Очевидно, значение этих условий отличается. Тем не менее восхождение к выдающимся результат в спорте невозможно без систематической, продуманной психологической подготовки, направленной на формирование личности спортсмена. Это обеспечивает успех и устойчивость соревновательной деятельности, максимальную реализации потенциала спортсмена [3,5].

Проблема самореализации личности в спорте представлена в работах как зарубежных спортивных психологов (Н. Reid, Т. Edensor, R.Scott, М. Holowchak, R. Mechikoff, Н.Намбрехт, W.Morgan), так и российских (Л.Г. Уляева, В.Э. Бушманова, А.Н. Радостев, О.А.Козырева, Г.Б. Горская). Так же важно отметить, что активно проводятся исследования в этой сфере и казахстанскими учеными: А.М. Ким, Ж.К. Айдосова, Н.Н. Хон, Д.Б. Жанатова, А.Д.Джанкулдукова, Т. Момбек, Н.С. Жубаназарова, Ж.К. Шуленбаева, Г.Ш.Джумагулова, А.М. Нуржанова, Р.Т. Бейсекова, Г.О. Жанибекова, Ю.Н. Красмик, О.Х. Аймагамбетова, Ж.С.Мұхамбет.

В исследованиях проблемы самореализации личности в спорте представлено несколько определений феномена самореализации спортсмена, однако они не имеют существенных различий. Таким образом, обобщив их, можно рассматривать самореализацию

спортсмена как реализацию его потенциала в ходе достижения профессиональных результатов посредством совершенствования и самовыражения в спортивной деятельности.

В современном спорте человеку предоставляются большие возможности в самореализации как в профессиональном, так и личностном плане. Однако, исследования показывают, что самореализовать свой спортивный потенциал на высоком уровне могут лишь 37% спортсменов [8, с.26].

Такой низкий процент самореализации в спорте связан с рядом причин объективного характера, среди которых низкий уровень финансирования спорта, отсутствие поддержки со стороны близких и тренеров, травмы, полученные спортсменами во время соревнований и тренировок, психологическая неготовность к соревнованиям, политическая ситуация в мире, различные форс-мажорные обстоятельства типа пандемии COVID-19, оказавшей существенное влияние на мировой спортивный календарь, тренировки и соревнования [9, с.380].

После неудачных выступлений казахстанских спортсменов на международных соревнованиях, вопросы развития спорта взяты под особый контроль, с достаточно большим количеством поручений, одно из которых связано с пересмотром подходов к подготовке профессиональных спортсменов. И несмотря на то, что в мировом спорте только одна треть спортсменов способны достигать высокого уровня самореализации, данный аспект требует более детального изучения, поскольку знание особенностей (факторов, условий, уровней и т.д.) самореализации в профессиональном и любительском спорте, позволит планировать и осуществлять процесс психологического сопровождения спортивной карьеры, нейтрализовать негативные факторы, создать условия, способствующие успешной самореализации спортсмена, прогнозировать эффекты самореализации.

Объект исследования: самореализация спортсменов.

Предмет исследования: особенности самореализации спортсменов-профессионалов, спортсменов-любителей и спортсменов-параолимпийцев.

Цель исследования: изучение самореализации личности в спортивной деятельности, а также определение различий в компонентах самореализации у спортсменов трех изучаемых категорий в период подготовки к соревнованиям.

Материалы и методы исследования

В исследовании принимало участие 180 спортсменов: 60 профессиональных спортсменов (КМС, МС, МСМК), 60 спортсменов-любителей и 60 спортсменов-параолимпийцев. База исследования: Академия спорта г.Алматы, Федерация армрестлинга Казахстана, Федерация тяжелой атлетики КЗ, Федерация пауэрлифтинга АРФ, Федерация по паралимпийским видам спорта г.Кокчетав, Шымкент, Тараз.

Средний возраст респондентов 26,4, в спорте они в среднем 9,5 лет:

- средний возраст профессиональных спортсменов 23,1 лет,
- средний возраст спортсменов-любителей 30,6 лет,
- средний возраст спортсменов-параолимпийцев 24,6.

Гендерный состав достаточно равномерный – 96 мужчин и 84 женщины. Средний возраст мужчин 26,5 лет, средний возраст женщин 25,9 лет.

Среди спортсменов представители разных видов спорта: бег, триатлон, пауэрлифтинг, бодибилдинг, дзюдо, гребля, волейбол, каратэ, футбол, художественная гимнастика, кудо и другие.

Для проведения исследования использовался многомерный опросник самореализации личности С.И. Кудинова [10, с.203].

Математическая обработка данных исследования производилась с помощью программы SPSS, версия 26.0. Были использованы следующие методы: описательная статистика, U-критерий Манна-Уитни и H-критерий Краскела-Уоллиса.

Результаты и обсуждение

Был проведен анализ развития компонентов и установок самореализации в каждой группе спортсменов. На рисунке 1 представлены средние показатели развития установок самореализации у спортсменов-профессионалов.

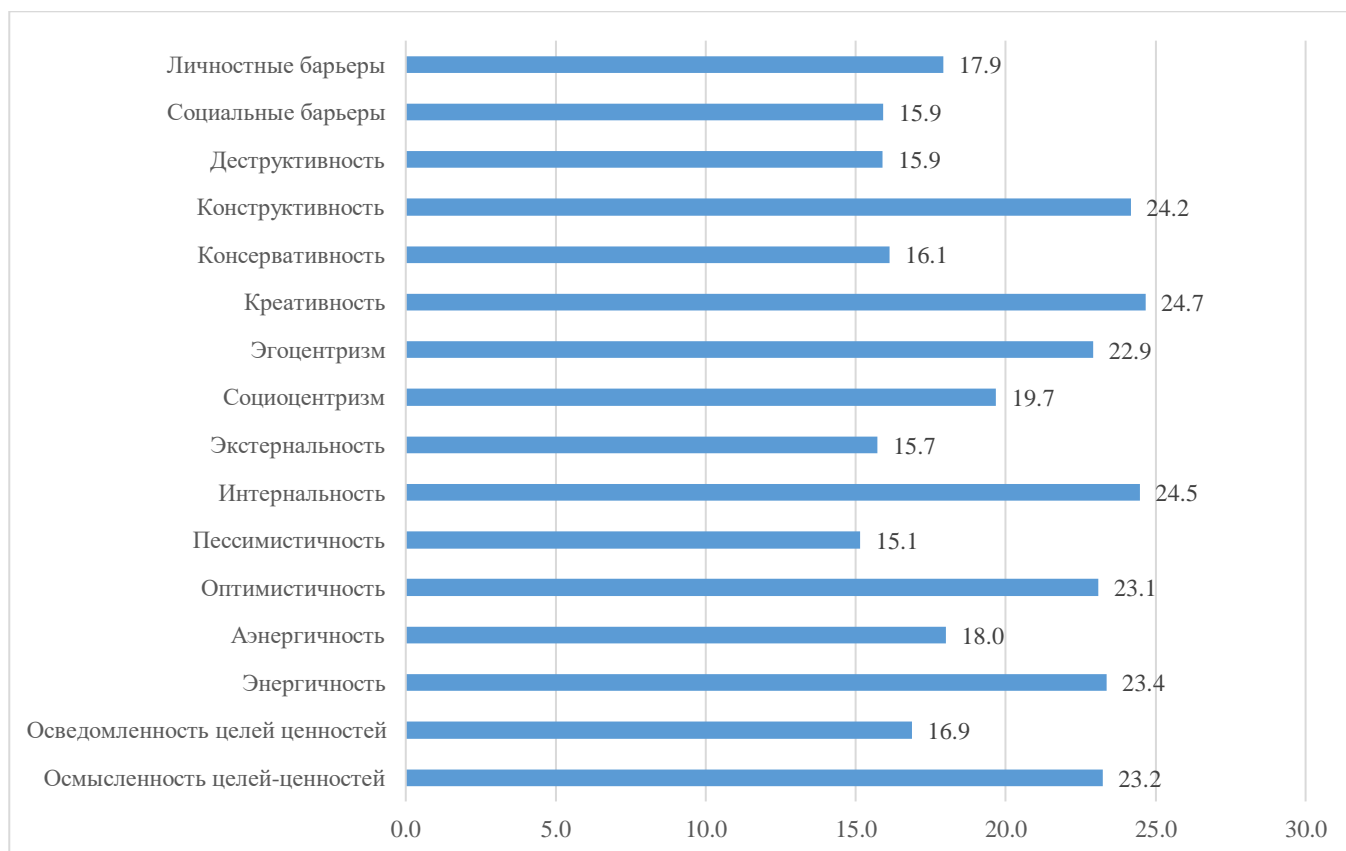


Рисунок 1 – Установки самореализации у спортсменов-профессионалов (ср.ариф.)

Отметим, что установки самореализации парные, их соотношение формирует определенный компонент самореализации. Анализ установок позволяет оценить, как наиболее важные аспекты, на которых сосредоточены спортсмены, реализуя свой потенциал, так и установки, которые слабо развиты.

Рассмотрим сложившуюся иерархию установок самореализации, сопоставляя пары:

- На первом месте установка самореализации – креативность (ср.ариф.=24,7), консервативность (ср.ариф.=16,1), соответственно когнитивный компонент равен 8,5 баллам. Доминирование данной установки указывает на присутствие у спортсменов-профессионалов разнообразных схем самореализации, ясное понимание того, чего они хотят добиться в своей спортивной карьере, они хорошо чувствуют нужные моменты в соревнованиях и тренировках, когда необходимо приложить усилия.
- На втором месте установка самореализации – интернальность (ср.ариф.=24,5), экстернальность (ср.ариф.=15,7), соответственно организационный компонент равен 8,7 баллам. Доминирование данной установки указывает на высокое развитие у спортсменов-профессионалов навыков самоконтроля и самоорганизации своей спортивной деятельности, они анализируют свои ошибки, вырабатывают стратегии их исправления, не перекладывая ответственность на обстоятельства.
- На третьем месте установка самореализации – конструктивность (ср.ариф.=24,2), деструктивность (ср.ариф.=15,9), соответственно прогностический компонент равен 8,3 баллам. Доминирование данной установки указывает на высокий уровень

развитие у спортсменов-профессионалов специфических действий, приемов самореализации, они довольны как складывается их профессиональная карьера.

Отметим, что достаточно выраженное развитие показывают такие установки самореализации как энергичность (ср.ариф.=23,4), осмысленность целей-ценностей (ср.ариф.=23,2) и оптимистичность (ср.ариф.=23,1). Показатели по социальным и личностным барьерам не высоки, отмечается преобладание личностных барьеров, которые мешают самореализации спортсменов-профессионалом.

Общий уровень самореализации у профессиональных спортсменов равен 21,7 баллам, что соответствует среднему уровню. Так же важно отметить, что у профессиональных спортсменов лучше развита социальная самореализация, тогда как профессиональная самореализация ими оценивается как недостаточная.

С помощью критерия Манна-Уитни были выявлены половые различия в сформированности компонентов самореализации в группе спортсменов-профессионалов, полученные данные представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Половые различия в развитии компонентов самореализации у спортсменов-профессионалов

Переменные	ранги		U-критерий	p
	М	Ж		
Ценностно-целевой компонент	14,23	28,58	93,500	0,001
Динамический компонент	18,10	26,77	151,500	0,043
Эмоциональный компонент	20,27	25,75	184,000	0,200
Организационный компонент	18,20	26,72	153,000	0,046
Мотивационный компонент	23,57	24,20	233,500	0,882
Когнитивный компонент	17,97	26,83	149,500	0,039
Прогностический компонент	15,17	28,14	107,500	0,030
Компетентно-личностный компонент	21,83	25,02	207,500	0,457

Из данных представленных в таблице 1 следует, что выявлены половые различия по 5 компонентам самореализации:

- Ценностно-целевой компонент ($p=0,001$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-профессионалов женщин, они в большей степени ориентированы на достижения результатов в спорте, чтоб ими гордилась страна, тогда как мужчины профессиональные спортсмены в большей степени ориентированы на получение дивидендов от соревнований и побед;
- Динамический компонент ($p=0,043$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-профессионалов женщин, они более активны и энергичны в самореализации своего потенциала, тогда как мужчины профессиональные спортсмены чаще демонстрируют однотипные стратегии самореализации;
- Организационный компонент ($p=0,046$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-профессионалов женщин, у них преобладают позитивные индикаторы самореализации, тогда как мужчины профессиональные спортсмены, чаще ждут, когда обстоятельства в спортивной карьере сложатся в их пользу и склонны перекладывать ответственность на других за свои неудачи на соревнованиях;
- Когнитивный компонент ($p=0,039$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-профессионалов женщин, у них преобладает гибкий, широкий набор стратегий самореализации, тогда как мужчины профессиональные спортсмены консервативны, проявляют значительную стабильность и стереотипность в стратегиях самореализации своего спортивного потенциала;
- Прогностический компонент ($p=0,030$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-профессионалов женщин, они стремятся реализовать новые навыки и стратегии самосовершенствования, тогда как мужчины

профессиональные спортсмены, чаще используют непродуктивные стратегии самореализации.

Таким образом, мы видим, что у профессиональных спортсменов доминируют три установки самореализации – креативность, интернальность конструктивность и соответственно более развиты три компонент самореализации – когнитивный, организационный и прогностический. Общий уровень самореализации соответствует среднему, однако профессиональная самореализация в спорте крайне низкая и спортсмены-профессионалы нуждаются в развитии новых стратегий самореализации. Выявлены половые различия в компонентах самореализации, которые указывают на то, что женщины профессиональные спортсменки в больше мере обладают гибкими, широкими схемами самореализации, по сравнению с профессиональными спортсменами мужчинами.

Исследования Л.К. Серовой и Е.В. Власовой показали, что для спортсменов-профессионалов характерны 4 доминирующие стратегии самореализации: «самореализация через борьбу и достижение успеха», «самореализация через социальное признание», «самореализация через свободу и автономию», «самореализация через помощь другим людям» [11, с.207].

Данные Л.Г. Уляевой и Е.В.Мельник показывают, что модель самореализации спортсмена зависит от развития установки на саморегуляцию [12, с.302].

Перейдем к анализу результатов второй группы, на рисунке 2 представлены средние показатели развития установок самореализации у спортсменов-любителей.

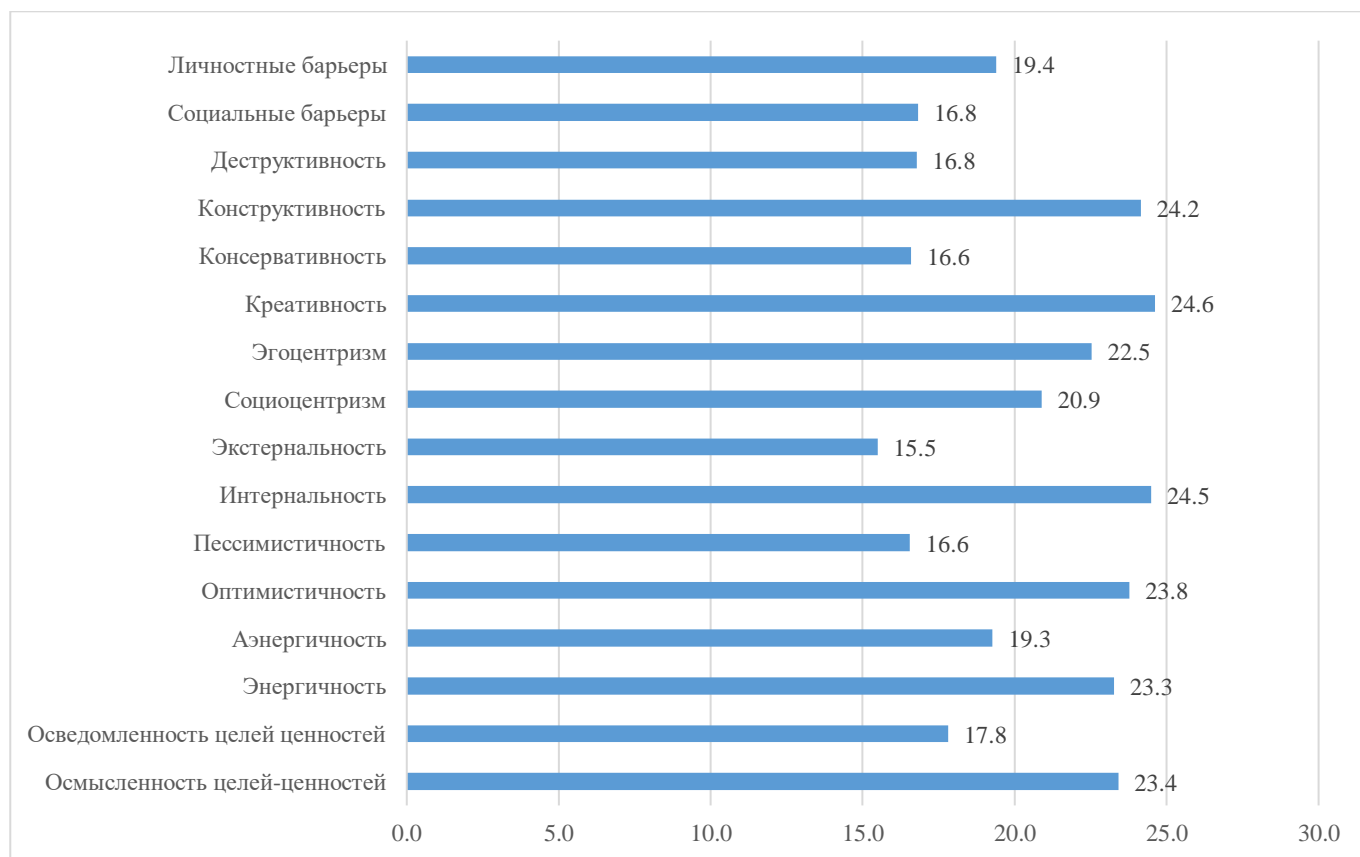


Рисунок 2 – Установки самореализации у спортсменов-любителей

Рассмотрим сложившуюся иерархию установок самореализации, сопоставляя пары:

- На первом месте установка самореализации – креативность (ср.ариф.=24,6), консервативность (ср.ариф.=16,6), соответственно когнитивный компонент равен 8 баллам. Доминирование данной установки указывает на присутствие у спортсменов-любителей разнообразных схем самореализации, ясное понимание того, чего они хотят добиться в своей спортивной карьере, они хорошо чувствуют

нужные моменты в соревнованиях и тренировках, когда необходимо приложить усилия.

- На втором месте установка самореализации – интернальность (ср.ариф.=24,5), экстернальность (ср.ариф.=15,5), соответственно организационный компонент равен 9 баллам. Доминирование данной установки указывает на высокое развитие у спортсменов-любителей навыков самоконтроля и самоорганизации своей спортивной деятельности, они анализируют свои ошибки, вырабатывают стратегии их исправления, не перекладывая ответственность на обстоятельства.
- На третьем месте установка самореализации – конструктивность (ср.ариф.=24,2), деструктивность (ср.ариф.=16,8), соответственно прогностический компонент равен 7,4 баллам. Доминирование данной установки указывает на высокий уровень развития у спортсменов-любителей специфических действий, приемов самореализации, они довольны как складывается их профессиональная карьера.

Отметим, что достаточно выраженное развитие показывают такие установки самореализации как энергичность (ср.ариф.=23,3), осмысленность целей-ценностей (ср.ариф.=23,4) и оптимистичность (ср.ариф.=23,8). Показатели по личностным барьерам достаточно высоки, что говорит о том, что тревожность, неуверенность в себе мешают спортсменам-любителям реализовывать свой потенциал.

В целом можно отметить схожую иерархию установок самореализации в группах спортсменов-профессионалов и спортсменов-любителей.

Общий уровень самореализации у спортсменов-любителей равен 21,1 баллам, что соответствует среднему уровню. Профессиональная самореализация также, как и у спортсменов-профессионалов развита слабо, тогда как личностная и социальная самореализации значительно более развиты.

С помощью критерия Манна-Уитни были выявлены половые различия в сформированности компонентов самореализации в группе спортсменов-любителей, полученные данные представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Половые различия в развитии компонентов самореализации у спортсменов-любителей

Переменные	ранги		U-критерий	p
	М	Ж		
Ценностно-целевой компонент	29,78	30,43	381,500	0,891
Динамический компонент	29,05	31,85	353,000	0,553
Эмоциональный компонент	27,37	35,13	287,500	0,100
Организационный компонент	33,51	23,85	255,000	0,030
Мотивационный компонент	33,54	23,10	252,000	0,027
Когнитивный компонент	34,91	20,58	198,500	0,002
Прогностический компонент	33,13	22,70	246,500	0,021
Компетентно-личностный компонент	31,64	26,80	365,500	0,694

Из данных представленных в таблице 2 следует, что выявлены половые различия по 4 компонентам самореализации:

- Организационный компонент ($p=0,030$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-любителей мужчин, у них преобладают позитивные индикаторы самореализации, тогда как спортсмены-любители женщины, чаще ждут, когда обстоятельства в спортивной карьере сложатся в их пользу и склонны перекладывать ответственность на других за свои неудачи на соревнованиях;
- Мотивационный компонент ($p=0,027$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-любителей мужчин, ими движет желание внести вклад в популяризации и развитие определенного вида спорта, интерес к командной работе, тогда как женщин характерны исключительно узколичностные мотивы

реализации себя в спорте, которые способствуют достижению власти, статуса и т.п.;

- Когнитивный компонент ($p=0,002$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-любителей мужчин, у них преобладает гибкий, широкий набор стратегий самореализации, тогда как женщины-спортсменки более консервативны, проявляют значительную стабильность и стереотипность в стратегиях самореализации своего спортивного потенциала;
- Прогностический компонент ($p=0,021$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-любителей мужчин, они стремятся реализовать новые навыки и стратегии самосовершенствования, тогда как женщины спортсменки чаще используют непродуктивные стратегии самореализации.

Таким образом при внешней схожести иерархий установок на самореализацию в группах спортсменов-профессионалов и спортсменов любителей, мы наблюдаем существенную разницу в половых различиях в развитии компонентов самореализации. В группе спортсменов-любителей у мужчин отмечается более гибкий, широкий набор стратегий самореализации в спорте, тогда как стратегиям самореализации женщин-спортсменок присуща эгоистическая мотивация самореализации в спорте, они более консервативны и ригидны.

Перейдем к анализу результатов третьей группы, на рисунке 3 представлены средние показатели развития установок самореализации у спортсменов-параолимпийцев.

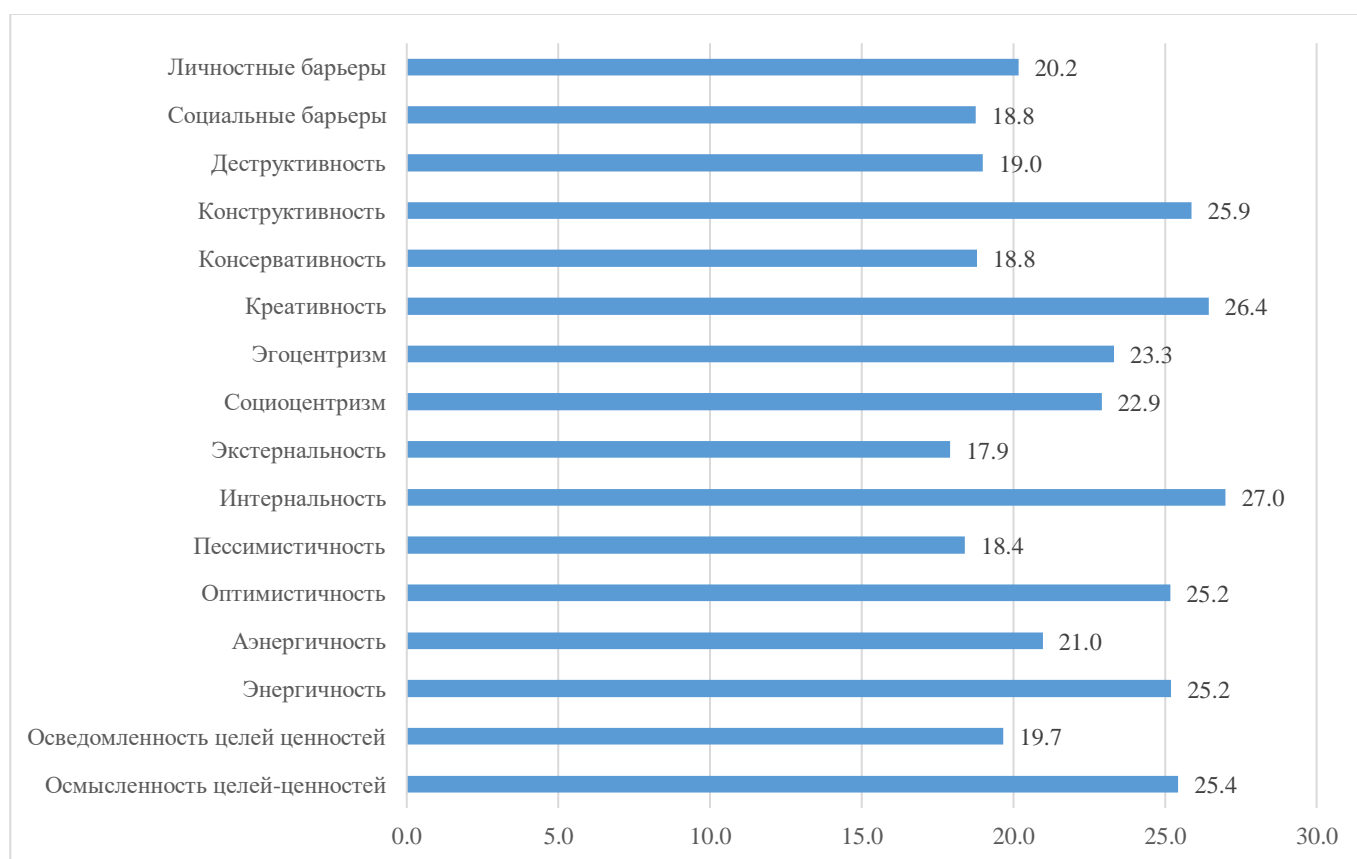


Рисунок 3 – Установки самореализации у спортсменов-параолимпийцев

Рассмотрим сложившуюся иерархию установок самореализации, сопоставляя пары:

- На первом месте установка самореализации – интернальность (ср.ариф.=27), экстернальность (ср.ариф.=17,9), соответственно организационный компонент равен 9,1 баллам. Доминирование данной установки указывает на высокое развитие у спортсменов- параолимпийцев навыков самоконтроля и самоорганизации своей спортивной деятельности, они анализируют свои ошибки,

вырабатывают стратегии их исправления, не перекладывая ответственность на обстоятельства.

- На втором месте установка самореализации – креативность (ср.ариф.=26,4), консервативность (ср.ариф.=18,8), соответственно когнитивный компонент равен 7,6 баллов. Доминирование данной установки указывает на присутствие у спортсменов-параолимпийцев разнообразных схем самореализации, ясное понимание того, чего они хотят добиться в своей спортивной карьере, они хорошо чувствуют нужные моменты в соревнованиях и тренировках, когда необходимо приложить усилия.
- На третьем месте установка самореализации – конструктивность (ср.ариф.=25,9), деструктивность (ср.ариф.=19), соответственно прогностический компонент равен 6,9 баллам. Доминирование данной установки указывает на высокий уровень развитие у спортсменов-параолимпийцев специфических действий, приемов самореализации, они довольны как складывается их профессиональная карьера.

Отметим, что достаточно выраженное развитие показывают такие установки самореализации как энергичность (ср.ариф.=25,2), осмысленность целей-ценностей (ср.ариф.=25,4) и оптимистичность (ср.ариф.=25,2). Показатели по личностным и социальным барьерам достаточно высоки, что говорит о том, что тревожность, неуверенность в себе, внешние условия и недостаток информации мешают спортсменам-параолимпийцам реализовывать свой потенциал.

В целом можно отметить схожую иерархию установок самореализации в трех изучаемых группах спортсменов, у спортсменов-параолимпийцев отмечается лишь некоторое изменение в значимости установок самореализации, но в целом доминируют все те же три установки – креативность, интернальность и конструктивность.

Общий уровень самореализации у спортсменов- параолимпийцев равен 20,5 баллов, что соответствует низкому уровню. Профессиональная самореализация также, как и у спортсменов-профессионалов и любителей развита слабо, тогда как личностная и социальная самореализации значительно более развиты.

С помощью критерия Манна-Уитни были выявлены половые различия в сформированности компонентов самореализации в группе спортсменов- параолимпийцев, полученные данные представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Половые различия в развитии компонентов самореализации у спортсменов- параолимпийцев

Переменные	ранги		U-критерий	p
	М	Ж		
Ценностно-целевой компонент	30,35	34,20	426,500	0,408
Динамический компонент	36,46	26,06	325,500	0,025
Эмоциональный компонент	30,50	34,00	432,000	0,452
Организационный компонент	35,76	26,98	350,000	0,050
Мотивационный компонент	38,25	23,67	261,000	0,002
Когнитивный компонент	26,87	35,85	347,500	0,049
Прогностический компонент	25,43	36,93	308,500	0,013
Компетентно-личностный компонент	35,17	27,78	372,000	0,112

Из данных представленных в таблице 3 следует, что выявлены половые различия по 5 компонентам самореализации:

- Динамический компонент ($p=0,025$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-параолимпийцев мужчин, они более активны и энергичны в самореализации своего потенциала, тогда как женщины-спортсменки достоверно чаще демонстрируют однотипные стратегии самореализации;

- Организационный компонент ($p=0,050$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-параолимпийцев мужчин, у них преобладают позитивные индикаторы самореализации, тогда как спортсмены-параолимпийцы женщины, достоверно чаще ждут, когда обстоятельства в спортивной карьере сложатся в их пользу и склонны перекладывать ответственность на других за свои неудачи на соревнованиях;
- Мотивационный компонент ($p=0,002$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-параолимпийцев мужчин, ими движет желание внести вклад в популяризацию и развитие определенного вида спорта, интерес к командной работе, тогда как женщин характерны исключительно узколичностные мотивы реализации себя в спорте, которые способствуют достижению власти, статуса и т.п.;
- Когнитивный компонент ($p=0,049$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-параолимпийцев женщин, у них преобладает гибкий, широкий набор стратегий самореализации, тогда как мужчины-параолимпийцы более консервативны, проявляют значительную стабильность и стереотипность в стратегиях самореализации своего спортивного потенциала;
- Прогностический компонент ($p=0,013$) – данный компонент самореализации лучше развит у спортсменов-параолимпийцев женщин, они стремятся реализовать новые навыки и стратегии самосовершенствования, тогда как мужчины-параолимпийцы достоверно чаще используют непродуктивные стратегии самореализации.

Таким образом при внешней схожести иерархий установок на самореализацию в группах спортсменов-профессионалов, спортсменов любителей и спортсменов-параолимпийцев, мы наблюдаем существенную разницу в половых различиях в развитии компонентов самореализации. В группе спортсменов-любителей у мужчин отмечается более гибкий, широкий набор стратегий самореализации в спорте, тогда как стратегиям самореализации женщин-спортсменок присуща эгоистическая мотивация самореализации в спорте, они более консервативны и ригидны. В группе спортсменов-параолимпийцев женщины обладают более развитыми когнитивными и прогностическими компонентами самореализации, а мужчины имеют более развитые динамический, организационный и мотивационный компоненты самореализации. Данные различия определяют и разные подходы в развитии стратегии самореализации в период подготовки к соревнованиям.

Данные украинских ученых показывают, что наиболее важным личностным фактором, способствующим формированию высокого уровня самореализации спортсменов-параолимпийцев в спорте, является их психологическая устойчивость и способность к самоорганизации своей деятельности, то есть установка на интернальность [2, с.440].

Исследование украинского психолога доктора психологических наук О.М. Шамич (2021) показывает, что удовлетворённость спортсменов-параолимпийцев профессиональной самореализацией зависит от уровня результатов в спорте. Паралимпийцы с наивысшим уровнем результатов имеют существенно выше других показатели развития профессиональной и личной самореализации [13, с.128].

Так же можно отметить в контексте последних паралимпийских психологических исследований данные R. De la Vega [1, с.44], который связывает настроение (установку на оптимизм) спортсменов-параолимпийцев и их воспринимаемые результаты (оценку профессиональной самореализации), J. Martin и L. Whalen [6, с.22] и Y. Wareham et al. [7, с.1185], которые отметили существенную зависимость удовлетворенности различными аспектам самореализации в паралимпийском спорте в зависимости от качества тренерской работы и отношения между тренером и спортсменом, а C. Li et al. [4, с.40] показали, что тревожность является основной причиной спортивных травм на Паралимпийских играх.

Следующим шагом анализа данных было сравнение в развитии компонентов самореализации в трех группах спортсменов, для этого был взят Н-критерий Краскела-Уоллиса, полученные данные представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Различия в развитии компонентов самореализации у трех групп спортсменов: профессионалов (СПр), любителей (СЛ) и параолимпийцев (СПо)

Переменные	ранги			Т-критерий	р
	СПр	СЛ	СПо		
Ценностно-целевой компонент	93,63	79,81	83,43	2,198	0,333
Динамический компонент	97,09	75,42	74,96	6,145	0,048
Эмоциональный компонент	97,63	77,54	72,56	6,670	0,047
Организационный компонент	91,87	77,98	86,44	2,200	0,333
Мотивационный компонент	76,76	86,75	89,52	1,955	0,376
Когнитивный компонент	97,44	77,27	72,96	6,629	0,048
Прогностический компонент	94,60	80,17	82,37	2,575	0,276
Компетентно-личностный компонент	90,41	85,14	80,83	1,039	0,595

Из данных представленных в таблице 4 следует, что выявлены значимые различия в развитии компонентов самореализации между тремя группами спортсменов:

- Динамический компонент ($p=0,048$);
- Эмоциональный компонент ($p=0,047$);
- Когнитивный компонент ($p=0,048$).

Все три компонента самореализации лучше развиты у группы спортсменов-профессионалов, что указывает на то, что их стратегии самореализации отличаются активностью, устойчивостью, они с уверенностью используют новые подходы для реализации своего потенциала, легче воспринимают и переживают неудачи на соревнованиях, ищут неординарные, нестандартные способы достижения результатов.

Выводы

Таким образом, результаты исследования особенностей самореализации личности в спортивной деятельности и определения различий в компонентах самореализации у спортсменов трех изучаемых категорий позволяют сделать следующие выводы:

1. Три группы спортсменов – профессионалы, любители и параолимпийцы имеют схожую иерархию развития установок на самореализацию. Доминируют три установки самореализации: креативность, интернальность, конструктивность. Данные установки соответствуют преимущественному развитию трех компонентов самореализации: организационному, когнитивному и прогностическому.
2. При внешней схожести иерархий установок на самореализацию в группах спортсменов-профессионалов, спортсменов любителей и спортсменов-параолимпийцев, мы наблюдаем существенную разницу в половых различиях в развитии компонентов самореализации.
3. В группе спортсменов-профессионалов женщины в больше мере обладают гибкими, широкими схемами самореализации, по сравнению с профессиональными спортсменами мужчинами.
4. В группе спортсменов-любителей напротив у мужчин отмечается более гибкий, широкий набор стратегий самореализации в спорте, тогда как стратегиям самореализации женщин-спортсменок присуща эгоистическая мотивация самореализации в спорте, они более консервативны и ригидны.
5. В группе спортсменов-параолимпийцев женщины обладают более развитыми когнитивными и прогностическими компонентами самореализации, а мужчины имеют более развитые динамический, организационный и мотивационный компоненты самореализации.
6. Сравнительный анализ трех групп показал, что у спортсменов-профессионалов более развиты три компонента самореализации: динамический, эмоциональный и когнитивный. Данные различия определять и разные подходы в развитии стратегии самореализации в период подготовки к соревнованиям.

Список использованной литературы

References

1. De la Vega R., Galan A., Ruiz R. & Tejero C. *Estado de Animo Precompetitivo y Rendimiento Percibido en Boccia Paralimpica* // *J Hum Sport Exerc.* – 2013. - #22(1). – S. 39-45.
2. Kokun O., Serdiuk L., Shamykh O. *Personal characteristics supporting Paralympic athletes' self-realization in sports* // *Journal of Human Sport and Exercise.* – 2020. -#2. - S.435-444.
3. Kolosov A.B, Volianiuk N.Yu, Lozhkin G.V, Buniak N.A, Osodlo V.I. *Comparative analysis of self-reliance of athletes of different sports* // *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports.* – 2019. -#23(4). – S.162–168.
4. Li C., Lam L. Wu Y. *Sports-related Injuries in Chinese Paralympic Athletes* // *Eur J Adapt Phys Act.* – 2015 - # 8(2). - S.37-43.
5. Lochbaum M., Zazo R., Kazak Cetinkalp Z., Graham K., Wright T., Konttinen N. *A meta-analytic review of achievement goal orientation correlates in competitive sport* // *A follow-up to Lochum et al. Kinesiology.* – 2016. - #48. - S.159-73.
6. Martin, J., Whalen, L. *Effective Practices of Coaching Disability Sport* // *Eur J Adapt Phys Act.* – 2015. - #7(2). – S.14-24.
7. Wareham Y., Burkett B., Innes P., Lovell G.P. *Coaching Athletes With Disability: Preconceptions and Reality* // *Sport in Society.* 2017. - #20(9). – S.1185-1202.
8. Bagadirova S.K. *Model` samorealizacii sportsmena v xode professionalizacii (na primere dzyudo)* // *Psixologiya sporta: nauka, iskusstvo, professiya: materialy` Pervoj vserossijskoj konferencii s mezhdunarodny`m uchastiem, 6-7 dekabrya 2019 g. / Moskovskij institut psixoanaliza.* – Moskva, 2019. – S. 22–29.
9. Bagadirova S.K. *Strukturnaya model` samorealizacii sportsmena v usloviyax professionalizacii v dzyudo* // *Ucheny`e zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta.* – 2019. - #12 (178). – S.369-374.
10. Kudinov S.I. *Psixodiagnostika lichnosti: uchebn. posobie / S.I. Kudinov, S.S.Kudinov.* – Tol`yatti: Izd-vo TGU, 2012. – 270 s.
11. Serova L. K., Vlasova E. V. *Vidy` strategij samorealizacii sportsmenov i trenerov* // *Ucheny`e zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta.* – 2014. - # 9 (115). - S. 203-207.
12. Ulyaeva L. G., Mel`nik E. V. *Psixicheskaya samoregulyaciya sportsmenov kak pokazatel` samorealizacii lichnosti* // *Ucheny`e zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta.* – 2017. - #2 (144). – S.298-303.
13. Shamich O.M. *Osoblivosti samorealizacziï parolimpijcziv za rivnem sportivnix dosyagnen`* // *Teoretichni i prikladni problemi psixologii.* - 2021. -#1(54). - S. 116-129.