

Ю.Н. Красмик<sup>1\*</sup>, О.Х. Аймаганбетова<sup>1</sup>, Т.С. Янчева<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Казахский национальный университет им. аль-Фараби, Казахстан, г. Алматы

<sup>2</sup>Национальная Спортивная Академия «Васил Левски», Болгария, г. София

\*email: juliakrasmik@mail.ru

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ САМОРЕАЛИЗАЦИИ И МОТИВАЦИИ СПОРТСМЕНОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

Актуальность данного исследования определяется тем, что сегодня в Казахстане вопросы развития спорта взяты под особый контроль, с достаточно большим количеством поручений, данных президентом страны, что привело к пересмотру подходов к подготовке профессиональных спортсменов. Целью данного исследования стало изучение мотивационного профиля спортсменов, жизнестойкости как создание мотивации к трансформационному совладению и различных установок, аспектов самореализации.

В исследовании принимало участие 180 спортсменов: 60 профессиональных спортсменов, 60 спортсменов-любителей и 60 спортсменов-параолимпийцев. Психодиагностическое измерение было проведено с помощью четырех диагностических методик: методика изучения мотивов спортивной деятельности В.И. Тропникова; опросник «Мотивы спортивной деятельности» (МСД) Е.А. Калинина; тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой; многомерный опросник самореализации личности С.И. Кудинова.

Результаты проведенного исследования показали, что уровень спортивной квалификации оказывает влияние на формирование спортивной мотивации и самореализации. Мотивационный профиль спортсменов-профессионалов соответствует модели мотивации спортсмена высокого класса, в группах спортсменов-любителей и спортсменов-параолимпийцев иерархия мотивов схожа, однако их энергетическая наполненность ниже. Выявленные различия позволили обнаружить аспекты требующие внимания со стороны тренеров и спортивных психологов, в первую очередь, связанные с падением уровня мотивации у спортсменов высокого класса МС и МСМК и ригидностью жизнестойкости у спортсменов-параолимпийцев. Что касается самореализации, то ее общий уровень не высок, а уровень профессиональной самореализации в спорте крайне низкий во всех трех группах.

**Ключевые слова:** мотивация, мотивационный профиль, виды и аспекты самореализации, жизнестойкость.

Yu.N. Krasmik<sup>1\*</sup>, O.Kh. Aimagambetova<sup>1</sup>, T.S. Iancheva<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Al-Farabi Kazakh National University, Kazakhstan, Almaty

<sup>2</sup>National Sports Academy Vassil Levski, Bulgaria, Sofia

\*email: juliakrasmik@mail.ru

### Comparative analysis of self-realization and motivation of athletes depending on their professional qualifications

In Kazakhstan, the issues of sports development are taken under special control, with a fairly large number of instructions, one of which is related to the revision of approaches to the training of professional athletes. The study examines the motivational profile of athletes, resilience as the creation of motivation for transformational coping and various attitudes and aspects of self-realization.

180 athletes took part in the study: 60 professional athletes, 60 amateur athletes and 60 Paralympic athletes. Psychodiagnostic measurements were carried out using four diagnostic techniques: V.I. Tropnikov's method of studying the motives of sports activity; E.A. Kalinin's questionnaire "Motives of Sports Activity" (MSD); S.Maddi's resilience test, adaptation by D.A. Leontiev and E.I. Rasskazova; S.I. Kudinov's multidimensional questionnaire of self-realization of personality.

The results of our research have shown that the level of sports qualification has an impact on the formation of sports motivation and self-realization. The motivational profile of professional athletes corresponds to the model of motivation of a high-class athlete, in the groups of amateur athletes and Paralympic athletes, the hierarchy of motives is similar, but their energy content is lower. The revealed differences made it possible to detect aspects that require attention from coaches and sports psycholo-

gists, primarily related to a drop in the level of motivation among high-class MS and MSMC athletes and rigidity of resilience among Paralympic athletes. As for self-realization, its overall level is not high, and the level of professional self-realization in sports is extremely low in all three groups.

**Key words:** motivation, motivational profile, types and aspects of self-realization, resilience.

Ю.Н. Красмик<sup>1\*</sup>, О.Х. Аймаганбетова<sup>1</sup>, Т.С. Янчева<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті, Қазақстан, Алматы қ.

<sup>2</sup>«Васил Левски» ұлттық спорт академиясы, Болгария, София қ.

\*email: juliakrasmik@mail.ru

### Спортшылардың кәсіби біліктілігіне байланысты олардың өзін-өзі жүзеге асыруы мен мотивациясын салыстырмалы талдау

Бұл зерттеудің өзектілігі бүгінгі таңда Қазақстанда спортты дамыту мәселелерінің ерекше бақылауға алынуымен, ел президенті берген тапсырмалардың жеткілікті санымен айқындалады, бұл кәсіпқой спортшыларды даярлаудағы тәсілдерді қайта қарауға әкелді. Бұл зерттеудің мақсаты спортшылардың мотивациялық профилін, төзімділік мотивацияны құру ретінде трансформациялық ортақ иелігін және әртүрлі көзқарастарды, өзін-өзі жүзеге асыру аспектілерін зерттеу болды.

Зерттеуге 180 спортшы қатысты: 60 кәсіпқой спортшы, 60 әуесқой спортшы және 60 паралимпиадалық спортшы. Психодиагностикалық өлшем төрт диагностикалық әдісті қолдану арқылы жүргізілді: В.И. Тропникова спорттық белсенділік мотивтерін зерттеу әдісі; Е.А. Калинин «Спорттық іс-әрекет мотивтері» сауалнамасы (СІМ); Д.А. Леонтьев пен Е.И. Расказова бейімдеген С. Маддидің төзімділік сынағы; С.И. Кудинов тұлғаның өзін-өзі жүзеге асыруының көпөлшемді сауалнамасы.

Зерттеу нәтижелері спорттық біліктілік деңгейінің спорттық мотивацияны қалыптастыруға және өзін-өзі жүзеге асыруға әсер ететінін көрсетті. Кәсіби спортшылардың мотивациялық профилі жоғары дәрежелі спортшының мотивация үлгісіне сәйкес келеді, әуесқой спортшылар мен паралимпиадалық спортшылар топтарында мотивтер иерархиясы ұқсас, бірақ олардың энергетикалық құрамы төмен. Анықталған айырмашылықтар жаттықтырушылар мен спорт психологтарының назарын талап ететін аспектілерді анықтауға мүмкіндік берді, бірінші кезекте жоғары санатты СМ және СМКМ спортшылары арасындағы мотивация деңгейінің төмендеуіне және паралимпиада спортшыларындағы өміршеңдіктің қатаңдығына байланысты. Өзін-өзі жүзеге асыруға келетін болсақ, оның жалпы деңгейі жоғары емес, ал спорттағы кәсіби өзін-өзі жүзеге асыру деңгейі үш топта да өте төмен.

**Түйін сөздер:** мотивация, мотивациялық профиль, өзін-өзі жүзеге асырудың түрлері мен аспектілері, төзімділік.

### Введение

Актуальность исследования. Профессиональный, как, впрочем, и любительский спорт, включает в себя не только участие в соревнованиях и победы, но и подготовку к ним, которая сопряжена с длительным напряжением, стрессом, тревогой, накапливающейся усталостью, травмами, потерей мотивации. Спорт можно рассматривать как феномен, имеющий две стороны: первая сторона связана с процессом профессиональной и личностной самореализации, вторая сторона представляет собой тяжелейшие нагрузки на человеческий организм (Бочавер et al., 2016). Спорт связан с проявлением физических и духовных сил, специальных умений и навыков, развитием моторных способностей, постоянным поддержанием их на высоком уровне, а также предполагает достаточно высокий

уровень осознанности стратегий самореализации, что объясняется стремлением достигнуть наиболее эффективного результата. Спортивные достижения обеспечивают дальнейшее совершенствование самой спортивной деятельности, указывают на новые пути развития личности спортсмена. Таким образом, спортивная деятельность обладает большим потенциалом для исследования и анализа психологических механизмов самореализации личности.

Основа достижений в спорте – это тренировка – подготовка спортсмена к соревнованиям, которая заключается не только в формировании физических и тактических навыков, а также и вбирать в себя знания и методы психологической подготовки, в частности связанной с формированием мотивации спортсмена (Сергеева, 2011: 57). В исследованиях психологических особенностей спортивной деятельности и личности спортсмена

проблема мотивации имеет стержневое значение. Принципиально важно отметить, что необходимость управления мотивами спортсмена возникает на всех этапах их становления и, особенно, на пике спортивной карьеры. Более того, высокий уровень мотивации занятия спортом считается одним из главных и необходимых факторов, способствующих самореализации личности спортсмена (Багадирова, 2019: 370). Повышающиеся с каждым годом требования к физической подготовке, выносливости, жесткая конкуренция, растущий поток информации, которую необходимо уметь воспринимать, перерабатывать и применять в короткие сроки приводят к ухудшению физиологического состояния спортсмена и к истощению его мотивационных ресурсов (Панкратова, 2021: 25).

Мотивацию следует рассматривать как основу спортивной деятельности и ведущий компонент психологической подготовки спортсмена, главное условие психолого-педагогического взаимодействия тренера и спортсмена при формировании позитивной и высокой мотивации достижения спортивных результатов. Мотивация спортсмена в значительной степени обуславливает высокий уровень физической, технической, тактической и психологической подготовленности, а в результате и готовности к соревнованиям (Мнацаканян et al., 2016: 64).

В качестве дополнительного звена, объединяющего мотивацию спортсменов и стратегии самореализации, была взят аспект жизнестойкости. Жизнестойкость рассматривается нами как создание мотивации к трансформационному совладанию, которое подразумевает открытость всему новому, готовность спортсмена активно действовать в стрессовой ситуации подготовки к соревнованиям и выступления на них (Никитина, 2017: 100). Феномен жизнестойкости является общей мерой психического здоровья человека и отражает три наиболее весомые жизненные установки: готовность к риску, уверенность в возможности контроля над ее событиями, вовлеченность в жизнь. Данные установки важны в спортивной деятельности, поскольку способствуют развитию высокой работоспособности, целеустремленности и стрессоустойчивости.

Исследования показывают, что спортсмены на соревнованиях испытывают различные виды стресса, в то время как некоторые психологические особенности помогают спортсменам адаптироваться к трудностям, испытываемым во время участия в соревнованиях. факторы окружающей среды, приводят к столкновению спортсменов со значитель-

ными стрессовыми процессами, такими как борьба, самопожертвование, преодоление трудностей, соперничество, оценка, риск получения травмы, поражения (Sarkar, 2017: 2). По этой причине жизнестойкость была определена как релевантная переменная в контексте спорта и тренировок, вызывая растущий интерес как объект исследований в последние десятилетия (Khalid et al., 2022: 188).

После двух провальных олимпиад Токио-2021 и Пекин-2022, достаточно остро стоит вопрос психологической мотивации и самореализации казахстанских спортсменов. 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. Среди рекомендаций идет усиление подготовки специалистов по спортивной психологии, поскольку без развития и формирования мотивации и стратегий самореализации у спортсменов достижение высоких результатов невозможно.

Таким образом, проблемное поле исследования задано исследованием как особенности мотивации и жизнестойкости спортсменов «реализуют» себя в различных установках и аспектах самореализации и способствуют формированию высокого уровня самореализации.

Цель исследования: изучить особенности мотивации и самореализации спортсменов в зависимости от уровня их спортивной квалификации.

### **Материалы и методы исследований**

В исследовании принимало участие 180 спортсменов: 60 профессиональных спортсменов, 60 спортсменов-любителей и 60 спортсменов-параолимпийцев. 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.

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.

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, бо-

дибилдинг, дзюдо, гребля, волейбол, каратэ, футбол, художественная гимнастика, кудо, легкая атлетика, настольный теннис, армреслинг и другие.

Спортсмены были разделены на 3 группы: профессионалы, любители и параолимпийцы. Внутри каждой группы было дополнительное разделение на подгруппы в зависимости от спортивной квалификации: МС, КМС и Р (спортсмены с разрядом или без квалификации). В группе спортсменов-любителей получилось выделить лишь 2 подгруппы: спортсменов с квалификацией и без нее.

Уровень спортивной квалификации подтверждался наличием званий «Мастер спорта международного класса» и «Мастер спорта» объединены в одну группу (МС, 50 человек) и «Кандидат в мастера спорта» (КМС, 49 человека) и третья группа спортсмены, имеющие разряд 1-3 и не имеющие спортивной квалификации (О, 81 человек).

Психодиагностические измерения были проведены с помощью выбранных нами четырех диагностических методик: методика изучения мотивов спортивной деятельности В.И. Тропникова; опросник «Мотивы спортивной деятельности» (МСД) Е.А. Калинина; тест жизнестойкости С. Мадди, адаптация Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой; многомерный опросник самореализации личности С.И. Кудинова.

В данной работе в качестве основного метода анализа данных выбран сравнительный анализ для сопоставления двух и более групп, выделение в них общего и различного с целью классификации, и понимания специфических особенностей каждой из групп. Для сопоставления данных двух групп был выбран U-критерий Манна-Уитни для двух независимых выборок, самый известный и распространенный тест непараметрического сравнения двух независимых выборок. Для сравнения трех групп был использован H-критерий Крускала-Уоллиса, который является обобщением U-критерия Манна-Уитни на случай трех и более независимых выбо-

рок. Высказывания, имеющие вероятность ошибки  $p \leq 0,05$  называются значимыми, высказывания с вероятностью ошибки  $p \leq 0,01$  – очень значимыми, а высказывания с вероятностью ошибки  $p \leq 0,001$  – максимально значимыми. В представленных таблицах представлены только значимые различия, что сделать их более удобными для восприятия. Статистическая обработка данных проводилась с использованием программ SPSS, версия 26.0.

## Результаты и обсуждение

В ходе эмпирического исследования были выявлены особенности мотивации у спортсменов-профессионалов. Профиль мотивов спортивной деятельности по опроснику МСД Е.А. Калинина показал, что у профессиональных спортсменов завышенная мотивация на достижения (ср.ариф.=32,5), на втором месте у спортсменов-профессионалов находится мотив самосовершенствования (ср.ариф.=31,3) и на третьем месте расположен мотив борьбы (ср.ариф.=28,8), уровень двух мотивов оптимальный.

Профиль мотивации спортсменов-любителей похож на профиль профессиональных спортсменов, но без завышенной мотивации достижения; мотивы достижения (ср.ариф.=30,7) и самосовершенствования (ср.ариф.=29,8) оптимальны и способствуют поддержанию стабильного уровня мотивации во время тренировочного процесса.

Профиль мотивации спортсменов-параолимпийцев показывает, что оптимальная мотивация присутствует по двум мотивам – самосовершенствования (ср.ариф.=31,1) и достижений (ср.ариф.=30,9). Группа спортсменов-параолимпийцев отличается тем, что на первое место вышел мотив самосовершенствования.

Было проведено сравнение в выраженности мотивов в зависимости от уровня спортивной квалификации в группе профессиональных спортсменов. Полученные данные представлены в таблице 1.

**Таблица 1** – Различия в выраженности отдельных мотивов у спортсменов-профессионалов по опроснику МСД в зависимости от уровня спортивной квалификации

| Переменные | H-критерий Крускала-Уоллиса и уровень значимости | Уровень квалификации | Ранги |
|------------|--|----------------------|-------|
| Борьба     | H =5,680<br>p=0,050                              | МС/МСМК              | 28,13 |
|            |  | КМС                  | 26,45 |
|            |  | Отсутствует          | 16,11 |
| Поощрение  | H =5,718<br>p=0,050                              | МС/МСМК              | 28,15 |
|            |  | КМС                  | 24,15 |
|            |  | Отсутствует          | 17,07 |

Полученные данные показывают, что выявлены значимые различия в выраженности отдельных мотивов в группе профессиональных спортсменов с зависимости от уровня спортивной квалификации: мотив борьбы ( $p=0,050$ ) и мотив поощрения ( $p=0,050$ ). Спортсмены с высоким уровнем спортивной квалификации (МС,

МСМК и КМС) имеют более развитые и энергетически наполненные мотивы борьбы и поощрения.

В таблице 2 представлено сравнение в выраженности мотивов в зависимости от уровня спортивной квалификации у спортсменов-любителей.

**Таблица 2** – Различия в выраженности отдельных мотивов у спортсменов-любителей по опроснику МСД в зависимости от уровня спортивной квалификации

| Переменные | U-критерий Манна-Уитни и уровень значимости | Квалификация | Ранги |
|------------|---|--------------|-------|
| Борьба     | U=177,000<br>p=0,048                        | Есть         | 38,75 |
|            |   | Нет          | 27,77 |
| Общение    | U=163,500<br>p=0,025                        | Есть         | 39,88 |
|            |   | Нет          | 27,48 |
| Поощрение  | U=178,500<br>p=0,050                        | Есть         | 38,83 |
|            |   | Нет          | 27,37 |

Полученные данные показывают, что выявлены значимые различия в выраженности отдельных мотивов в группе спортсменов-любителей с зависимости от уровня спортивной квалификации: мотив борьбы ( $p=0,048$ ), мотив общения ( $p=0,025$ ) и мотив поощрения ( $p=0,050$ ), данные мотивы сильнее выражены в подгруппе спортсменов-любителей со спортивной квалификацией. Спортсмены-любители с высоким уровнем спортивной квалификации (МС и КМС) в своем мотивационном профиле имеют развитые и наполненные энергией мотивы борьбы, общения и поощрения.

В группе спортсменов-параолимпийцев выявлены значимые различия в выраженности мотивов спортивной деятельности с зависимости от уровня спортивной квалификации по одному мотиву – мотиву поощрения ( $H=5,905$ ;  $p=0,050$ ) – данный мотив сильнее развит в подгруппе мастеров спорта и мастеров спорта международного класса, чем в подгруппе кандидатов в мастера спорта и подгруппе с отсутствием спортивной квалификации.

По методике В.И. Тропникова в группе профессиональных спортсменов и спортсменов-параолимпийцев получена следующая иерархия мотивов спортивной деятельности: группа ведущих мотивов включает в себя 4 мотива – мотив физического совершенства (ср.ариф.=35,3; ср.ариф.=39,5), мотив повышения престижа, желания славы (ср.ариф.=33,1; ср.ариф.=33,7), мотив развития характера и психических качеств (ср.ариф.=31,2; ср.ариф.=32,3) и мотив эстетического удовольствия и острых ощущений (ср.ариф.=31,1; ср.ариф.=34,0). В группе спортсменов-любителей иерархия схожа, только в группе ведущих выражено 3 мотива: мотив физического совершенства (ср.ариф.=38,7), мотив развития характера и психических качеств (ср.ариф.=30,9) и мотив эстетического удовольствия и острых ощущений (ср.ариф.=30,0).

Было проведено сравнение в выраженности мотивов в зависимости от уровня спортивной квалификации у профессиональных спортсменов. Полученные данные представлены в таблице 3.

**Таблица 3** – Различия в выраженности отдельных мотивов у спортсменов-профессионалов по методике Тропникова в зависимости от уровня спортивной квалификации

| Переменные                                  | H-критерий Крускала-Уоллиса и уровень значимости | Уровень квалификации | Ранги |
|---|--|----------------------|-------|
| 1   | 2  | 3                    | 4     |
| М. развития характера и психических качеств | H=4,707<br>p=0,050                               | МС/МСМК              | 20,76 |
|   |  | КМС                  | 33,85 |
|   |  | Отсутствует          | 20,16 |

| 1                                    | 2                   | 3           | 4     |
|--------------------------------------|---------------------|-------------|-------|
| М. потребность в одобрении           | H =4,704<br>p=0,051 | МС/МСМК     | 28,99 |
|                                      |                     | КМС         | 28,25 |
|                                      |                     | Отсутствует | 16,96 |
| М. повышение престижа, желание славы | H =4,940<br>p=0,044 | МС/МСМК     | 29,07 |
|                                      |                     | КМС         | 26,35 |
|                                      |                     | Отсутствует | 15,00 |

Полученные данные показывают, что выявлены значимые различия в выраженности отдельных мотивов по методике Тропникова в группе профессиональных спортсменов с зависимости от уровня спортивной квалификации: мотив повышение престижа, желание славы ( $p=0,044$ ), мотив развития характера и психических качеств ( $p=0,050$ ) и мотив потребность в одобрении ( $p=0,051$ ). У спортсменов с высоким уровнем квалификации (МС, МСМК и КМС) мотивы престижа, развития характера и психических качеств, и потребность в одобре-

нии сформированы лучше, чем у спортсменов без спортивной квалификации. Отметим, что мотив развития характера и психических качеств более развит у КМС, а потребность в одобрении и повышения престижа в первой и второй подгруппах МС, МСМК и КМС) значимы больше, чем для спортсменов без спортивной квалификации.

В таблице 4 представлено сравнение в выраженности мотивов в зависимости от уровня спортивной квалификации у спортсменов-любителей.

**Таблица 4** – Различия в выраженности отдельных мотивов у спортсменов-любителей по методике Тропникова в зависимости от уровня спортивной квалификации

| Переменные                           | U-критерий Манна-Уитни и уровень значимости | Квалификация | Ранги |
|--------------------------------------|---|--------------|-------|
| М. материальных благ                 | U=167,000<br>p=0,030                        | Есть         | 39,58 |
|                                      |   | Нет          | 27,55 |
| М. физического совершенства          | U=186,500<br>p=0,051                        | Есть         | 22,88 |
|                                      |   | Нет          | 31,82 |
| М. повышение престижа, желание славы | U=173,000<br>p=0,040                        | Есть         | 39,08 |
|                                      |   | Нет          | 27,68 |

Полученные данные показывают, что выявлены значимые различия в выраженности отдельных мотивов по методике Тропникова в группе спортсменов-любителей с зависимости от уровня спортивной квалификации:

– мотив материальных благ ( $p=0,030$ ) – данный мотив сильнее выражен в группе спортсменов-любителей обладающих спортивной квалификацией, они в большей мере за счет спорта хотят побывать за границей на соревнованиях, получать денежные вознаграждения, не вкладываться в экипировку, улучшить жилищные условия;

– мотив физического совершенства ( $p=0,051$ ) – данный мотив выражен сильнее в группе спортсменов без квалификации, которые изначально пришли в спорт, чтобы похудеть, поддерживать спортивную форму, развить му-

скулатуру, стать сильнее, гибче, ловчее, выносливее;

– мотив повышение престижа, желание славы ( $p=0,040$ ) – данный мотив чаще более выражен в подгруппе спортсменов-любителей со спортивной квалификацией, они в большей мере стремятся развивать за счет спорта чувство собственного достоинства и авторитет.

Таким образом, спортсмены-любители, обладающие спортивной квалификацией, мотивированы на статус, авторитет, престиж и материальные награды, тогда как спортсмены с отсутствием спортивной квалификации мотивированы на достижение и поддержание идеальной спортивной формы.

В группе спортсменов-параолимпийцев выявлены значимые только по одному мотиву из 12 изучаемых: мотив потребность в одобре-

нии ( $p=0,050$ ) – данный мотив более выражен в подгруппе мастеров спорта и мастеров спорта международного класса, им важно, чтоб тренера, друзья и близкие отмечали их результаты, болели за них на соревнованиях и гордились их победами.

Общий уровень жизнестойкости у спортсменов-профессионалов составляет 78,9 балла, у спортсменов-любителей составляет 77,8 балла, у спортсменов-параолимпийцев составляет 71,3 балла, что соответствует среднему уровню стойкого совладания со стрессовыми ситуациями и говорит о сформированной мотивации к трансформационному совладанию на тренировках, соревнованиях, при поражениях и в случаях получения травмы.

Представленные в таблице 5 данные показывают, что выявлены значимые различия в показателях жизнестойкости в зависимости от квалификации профессиональных спортсменов:

– по шкале вовлеченности ( $p=0,050$ ) – для КМС характерна большая уверенность в себе, удовлетворенность от своей спортивной деятельности и восприятие мира как великодушного, дающего шансы на самореализацию их потенциала;

– по шкале принятия риска ( $p=0,017$ ) – для КМС свойственна позиция активного усвоения новых знаний, опыта, стремление извлечь опыт из любых жизненных спортивных событий, как позитивных, так и негативных, выраженное стремление действовать на свой страх и риск в соревнованиях ради достижения победы;

– общий уровень жизнестойкости ( $p=0,021$ ) – для КМС характерна такая система убеждений и мотивации, которая препятствует возникновению высокого уровня напряжения на тренировках и соревнованиях, благодаря стойкому совладанию с тревогой и стрессом.

**Таблица 5** – Различия в выраженности показателей жизнестойкости у спортсменов-профессионалов по тесту Мадж

| Переменные             | H-критерий Крускала-Уоллиса и уровень значимости | Уровень квалификации | Ранги |
|------------------------|--|----------------------|-------|
| Вовлеченность          | H=5,991<br>p=0,050                               | МС/МСМК              | 21,48 |
|                        |  | КМС                  | 33,40 |
|                        |  | Отсутствует          | 21,43 |
| Принятие риска         | H =8,117<br>p=0,017                              | МС/МСМК              | 20,02 |
|                        |  | КМС                  | 34,65 |
|                        |  | Отсутствует          | 22,93 |
| Уровень жизнестойкости | H =7,718<br>p=0,021                              | МС/МСМК              | 20,83 |
|                        |  | КМС                  | 34,65 |
|                        |  | Отсутствует          | 21,61 |

Таким образом, у спортсменов с различным уровнем квалификации потенциала жизнестойкости выражен в разной мере. Обращает на себя внимание тот факт, что у профессиональных спортсменов более высокой квалификации (МС/МСМК) уровень жизнестойкости значимо ниже, чем у КМС, что может указывать как на снижение мотивационного уровня совладания со сложностями, так и наступление профессионального выгорания или отсутствие дальнейших возможностей для самореализации своего потенциала.

В группе спортсменов-любителей значимые различия выявлены только по шкале принятия риска ( $U=113,000$ ;  $p=0,042$ ) – для спортсменов-любителей без спортивной квалификации свойственна позиция активного усвоения новых зна-

ний, опыта, стремление извлечь опыт из любых жизненных спортивных событий, как позитивных, так и негативных, выраженное стремление действовать на свой страх и риск в соревнованиях ради достижения победы. Данные различия связаны с тем, что у спортсменов-любителей без спортивной квалификации процесс усвоения знаний более активный, поскольку они не развивались в рамках профессиональной системы спорта, а постигали знания самостоятельно, где-то с подсказкой тренеров, где-то общаясь друг с другом, где-то проходя онлайн обучение. То есть у них нет готовой системы усвоения знаний о тренировках, они ее во многом создают сами, опираясь на опыт свой и других спортсменов-любителей, свой уровень здоровья и конечно

допускают больше ошибок, чем профессиональные спортсмены.

В группе спортсменов-параолимпийцев значимых различий по показателям жизнестойкости не было выявлено, что указывает на то, что по мере роста профессиональной самореализации, который отражается в изменениях уровня профессиональной квалификации, показатели жизнестойкости никак не изменяются, мотивация совладания с трудностями ригидна, находится в стагнации.

Общий уровень самореализации в трех группах соответствует среднему (спортсмены-профессионалы – 66,2; спортсмены-любители – 55,6; спортсмены-параолимпийцы – 56,2), адаптивному уровню и указывает на умеренность,

стремление быть не хуже других и превосходить других результатами в спортивной деятельности. Однако профессиональная самореализация в спорте крайне низкая. У профессиональных спортсменов и спортсменов-любителей доминируют три установки самореализации – креативность, интернальность, конструктивность. У спортсменов-параолимпийцев доминируют установки – интернальность, креативность и осмысленность целей-ценностей.

Было проведено сравнение в выраженности компонентов и видов самореализации в зависимости от уровня спортивной квалификации у профессиональных спортсменов. Полученные данные представлены в таблице 6.

**Таблица 6** – Различия в выраженности компонентов и видов самореализации в зависимости от уровня спортивной квалификации у профессиональных спортсменов по многомерному опроснику самореализации личности С.И. Кудинова

| Переменные                  | Н-критерий Крускала-Уоллиса и уровень значимости | Уровень квалификации | Ранги |
|-----------------------------|--|----------------------|-------|
| Ценностно-целевой компонент | H=7,210<br>p=0,027                               | МС/МСМК              | 21,48 |
|                             |  | КМС                  | 34,30 |
|                             |  | Отсутствует          | 20,79 |
| Динамический компонент      | H =8,124<br>p=0,017                              | МС/МСМК              | 23,63 |
|                             |  | КМС                  | 33,75 |
|                             |  | Отсутствует          | 17,64 |
| Организационный компонент   | H =6,110<br>p=0,052                              | МС/МСМК              | 22,83 |
|                             |  | КМС                  | 33,95 |
|                             |  | Отсутствует          | 18,36 |

Представленные в таблице 6 данные показывают, что выявлены значимые различия в выраженности компонентов самореализации в зависимости от квалификации профессиональных спортсменов:

– ценностно-целевой компонент (p=0,027) – для КМС характерна выраженная ориентация на командные цели, чувство локтя, они стремятся не просто реализовать свой потенциал, но и способствовать профессиональному росту коллег и начинающих спортсменов;

– динамический компонент (p=0,017) – для КМС свойственна ярко выраженная активность, энергичность, они упорные, целеустремленные и настойчивые в достижении своих спортивных целей;

– организационный компонент (p=0,052) – для КМС характерен высокий уровень самоконтроля и самоорганизации в период подготовки к

соревнованиям, они анализируют свои ошибки и не перекаладывают ответственность за поражения на обстоятельства.

В группе спортсменов-любителей выявлены значимые различия в выраженности компонентов самореализации в зависимости от квалификации профессиональных спортсменов только по одной установке – компетентно-личностный компонент (U=185,000; p=0,051), данный компонент обладает большей значимостью для спортсменов-любителей без квалификации, им в большей степени при достижении цели мешают личные барьеры, скованность, неуверенность, обидчивость и невосприимчивость к критике.

В таблице 7 представлено сравнение в выраженности компонентов и видов самореализации в зависимости от уровня спортивной квалификации у спортсменов-параолимпийцев.



**Таблица 7** – Различия в выраженности компонентов и видов самореализации в зависимости от уровня спортивной квалификации у спортсменов-параолимпийцев по многомерному опроснику самореализации личности С.И. Кудинова

| Переменные                      | Н-критерий Крускала-Уоллиса и уровень значимости | Уровень квалификации | Ранги |
|---------------------------------|--|----------------------|-------|
| Организационный компонент       | N=6,066<br>p=0,048                               | МС/МСМК              | 41,53 |
|                                 |  | КМС                  | 30,59 |
|                                 |  | Отсутствует          | 27,81 |
| Прогностический компонент       | N=5,908<br>p=0,050                               | МС/МСМК              | 40,59 |
|                                 |  | КМС                  | 25,78 |
|                                 |  | Отсутствует          | 30,77 |
| Профессиональная самореализация | N=5,986<br>p=0,049                               | МС/МСМК              | 40,19 |
|                                 |  | КМС                  | 25,88 |
|                                 |  | Отсутствует          | 30,94 |

Данные показывают, что выявлены значимые различия в выраженности компонентов самореализации в зависимости от квалификации спортсменов-параолимпийцев:

– организационный компонент ( $p=0,048$ ) – для МС и МСМК характерен высокий уровень самоконтроля и самоорганизации в период подготовки к соревнованиям, они анализируют свои ошибки и не перекладывают ответственность за поражения на обстоятельства;

– прогностический компонент ( $p=0,050$ ) – для МС и МСМК характерен высокий уровень удовлетворенности от процесса тренировок, спортивной деятельности, высокая успешность в освоении новых рубежей;

– профессиональная самореализация ( $p=0,049$ ) – для МС и МСМК характерен более высокий уровень достижения значительных результатов в спортивной деятельности.

### Обсуждение

Мотивационный профиль профессиональных спортсменов в целом соответствует модели мотивации спортсмена высокого класса, о чем свидетельствует завышенный уровень мотивации достижения и оптимальные уровни мотивации самосовершенствования и борьбы. Согласно модели мотивации спортсмена высокого класса В.Ф. Сопова (Сопов, 2020) завышенный уровень мотивации достижения является частью особенностей личности спортсмена высокого класса. Наши данные в целом согласуются с результатами исследования Н.Г. Аринчиной, которая показала, что спортсмены-профессионалы испытывали достоверно большую потребность в достижениях, в борьбе за эти достижения, в самосовершенствовании и материальном поощрении за достижения (Аринчина et al., 2019: 9).

Мотивационные профили спортсменов-любителей и спортсменов-параолимпийцев близки к профилю профессиональных спортсменов, хоть уровня развития мотивов недостаточно, чтоб соответствовать модели мотивации спортсмена высокого класса.

Выявленные различия в группе профессиональных спортсменов (см. таб.1) и группе спортсменов-параолимпийцев совпадают с данными Б.Х. Мнацаканян, диссертационное исследование которого показало, что для группы высококлассных спортсменов характерны высокие результаты по мотиву поощрения (Мнацаканян et al., 2016: 68). Данные результаты согласуются с результатами диссертационного исследования О.М. Шамич, который показал, что материальные стимулы (зарплата, форма, премии и др.) являются существенными субъективными стимулами для занятий спортом в группе параолимпийцев с самым высоким уровнем результатов (Шамич, 2020: 209).

Иерархия мотивов согласна методике Тропникова в целом совпадает в трех группах. И хоть в целом спортивная мотивация у спортсменов отличается в зависимости от пола, квалификации, видов спорта, но тем не менее мотив физического совершенства и повышения престижа достаточно часто попадают на первые места у профессиональных спортсменов (Авакян, 2022: 304).

В процессе профессионального становления, самореализации спортивного потенциала и достижения высоких уровней спортивной квалификации происходит формирование и развитие мотивов внутренних и внешних мотивов: в группе профессиональных спортсменов большее развитие получают мотивы борьбы и поощрения, в группе спортсменов-любителей – мотивы

борьбы, общения и поощрения, в группе спортсменов-параолимпийцев – мотив поощрения (согласно результатам по методике Калинина). Отметим, что по мере реализации спортивного потенциала во всех трех группах развивается внешняя мотивация – поощрения. Внутренний мотив борьбы в процессе достижения высокого уровня спортивной квалификации формируется лишь в двух группах – спортсменов-профессионалов и спортсменов-любителей.

Результаты по методике Тропникова так же подтверждают выявленную динамику формирования внутренней и внешней мотивации спортсменов по мере роста их спортивной квалификации: в группе профессиональных спортсменов большее развитие получают мотивы престижа, одобрения и развития характера и психических качеств, в группе спортсменов-любителей – мотивы повышения престижа, материальных благ и физического совершенства, в группе спортсменов-параолимпийцев – мотив одобрения. Следовательно, что по мере реализации спортивного потенциала во всех трех группах развивается внешняя мотивация – поощрения, ободрения, престижа, материальных благ. Внутренний мотив развития характера в процессе достижения высокого уровня спортивной квалификации формируется в группе спортсменов-профессионалов, в группе спортсменов-любителей развивается больше мотив физического совершенства (спортсмены-любители в опросе отметили, что изначально шли в спорт похудеть, поддерживать форму).

Таким образом, полученные результаты показывают, что по мере реализации своего спортивного потенциала в трех группах спортсменов большее развитие получает внешняя мотивация (поощрение, одобрение, престиж, слава). Внутренняя же мотивация в процессе спортивной самореализации и повышения профессиональной квалификации развивается только у спортсменов-профессионалов (борьба, развитие характера) и у спортсменов-любителей (борьба, физическое совершенство). Обращает внимание на себя тот факт, что у спортсменов-параолимпийцев внутренняя мотивация не получает развития в процессе самореализации и повышения уровня спортивной квалификации, развивается лишь внешняя мотивация (поощрения и одобрения).

Общий уровень жизнестойкости у спортсменов-профессионалов, спортсменов-параолимпийцев и у спортсменов-любителей соответ-

ствует среднему уровню стойкого совладания со стрессовыми ситуациями и говорит о сформированной мотивации к трансформационному совладанию на тренировках, соревнованиях, при поражениях и в случаях получения травмы. Данные полученные по тесту жизнестойкости показывают, что мотивация совладания проявляющаяся в вовлеченности, риске, контроле, также изменяется по мере самореализации спортсменов и достижения ими определенного уровня спортивной квалификации. Понимая жизнестойкость не только как мотивацию к совладанию, но и как экзистенциальную отвагу, которая позволяет преодолевать трудности и во время тренировок, и во время соревнований, то можно рассматривать проявление жизнестойкости как некую стилистическую особенность мотивации к совладанию, преодолению. В группе профессиональных спортсменов выявленные различия обнаружили, что такие компоненты экзистенциальной отваги как вовлеченность, принятие риска, общий уровень жизнестойкости в большей мере развиты у КМС, именно на этом уровне самореализации профессиональных спортсменов мотивация к совладанию разворачивается максимально. Однако у МС и МСМК уровень жизнестойкости снижается на значимом уровне, что может указывать, что по каким-то причинам профессиональные спортсмены от внутренней саморегуляции, мотивации совладания переходят к внешней, экстернальной регуляции либо к отсутствию регуляции, что может говорить об истощении мотивации к совладанию.

В группе спортсменов-любителей наблюдается иная картина, один из показателей жизнестойкости – принятие риска преобладает у спортсменов без спортивной квалификации, свойственна позиция активного усвоения новых знаний, опыта, стремление извлечь опыт из любых жизненных спортивных событий. В остальных показателях опыт приобретенный при достижении спортивной квалификации не оказывает значимого влияния на развитие жизнестойкости в группе спортсменов-любителей. Таким образом, несмотря на то, что показатели жизнестойкости у спортсменов-любителей и спортсменов-профессионалов близки по средним значениям, но их проявленность в аспектах профессиональной самореализации различна: в любительском спорте в отличие от профессионального некоторым преимуществом в развитии аспектов жизнестойкости обладают спортсмены без квалификации.

Уровень жизнестойкости спортсменов-параолимпийцев остается стабильно не высоким в зависимости от совершенствования спортивных навыков, достижения новых уровней спортивной квалификации, что может указывать на демотивированность спортсмена, поскольку победы, достижения, результаты не повышают включенность в спортивную деятельность, не приносят удовлетворения, уверенности в избранном пути. Тот факт, что в группе спортсменов-параолимпийцев данных различий не выявлено, требует дополнительного рассмотрения и возможно связано со спецификой положения спортсменов-параолимпийцев в Казахстане, которые, не смотря на достижения на параолимпийских играх, получают мало поддержки и признания.

В исследованиях самореализации спортсменов ее обычно изучают, опираясь не на психологические показатели, а на наличие либо определенной спортивной квалификации, либо исходя из участия спортсменов в международных соревнованиях и показанных на них результатах (Уляева et al., 2021; Kolosov et al., 2019). Мы в исследовании подошли к вопросу самореализации с системной точки зрения, что позволило нам рассмотреть компоненты и виды самореализации (Кудинов, 2012; Rusu, 2019).

Общий уровень самореализации в трех группах соответствует среднему, однако профессиональная самореализация в спорте крайне низкая и спортсмены нуждаются в развитии новых стратегий самореализации. У профессиональных спортсменов и спортсменов-любителей доминируют три установки самореализации – креативность, интернальность, конструктивность и соответственно более развиты три компонент самореализации – когнитивный, организационный и прогностический. У спортсменов-параолимпийцев доминируют три установки самореализации – креативность, интернальность, осмысленность целей-ценностей и соответственно более развиты три компонент самореализации – когнитивный, организационный и ценностно-целевой.

Рассматривая самореализацию с точки зрения системного подхода, мы получили возможность рассмотреть развитие компонентов и установок самореализации на разных этапах профессионального становления спортсмена – достижения определенного уровня спортивной квалификации. В группе спортсменов профессионалов у КМС значимо более развиты 3 ком-

понента самореализации – ценностно-целевой, динамический и организационный компонент, что свидетельствует о том, что КМС имеют четкую осмысленную стратегию реализации своего спортивного потенциала, они более целеустремленные и настойчивые в достижении спортивных результатов, работают над ошибками и развивают самоконтроль. Обращает на себя внимание тот факт, что у профессиональных спортсменов более высокой квалификации (МС/МСМК) уровень выраженности данных компонентов самореализации значимо ниже, чем у КМС, что может быть свидетельством своего рода «стеклянного потолка» в спортивной деятельности, когда спортсменам высокого уровня не куда расти и нет возможности развиваться дальше.

В группе спортсменов-любителей разница в развитии компонентов самореализации в зависимости от достижения определенного уровня квалификации незначительная. Выявлены значимые различия лишь по одной установке – компетентно-личностный компонент, данный компонент обладает большей значимостью для спортсменов-любителей без квалификации, им в большей степени при достижении цели мешают личностные барьеры, такие как скованность, неуверенность в себе, обидчивость и невосприимчивость к критике. Полученный результат вполне логичен, достижение более высокого уровня спортивной квалификации позволяет преодолеть неуверенность спортсменов в себе, делает их более восприимчивыми к критике, они в меньшей степени реагируют обидой на замечания в ходе тренировок, понимая, что тренер корректирует технику, а не предъявляет претензии к личности спортсмена.

В группе спортсменов-параолимпийцев наблюдается совершенно иная картина, получены значимые различия показывающие, что развитие компонентов самореализации тем выраженнее, чем выше рост их спортивной квалификации. Для МС и МСМК характерны более высокие значение по уровню профессиональной самореализации и по развитию прогностического и организационного компонентов.

Наши данные не совпадают с результатами исследований А.А. Сергеевой показали, что оценка самореализации спортсмена вполне закономерно повышается вместе с уровнем мастерства: самая низкая оценка у спортсменов – без квалификации, средняя оценка в группе КМС и самая высокая оценка у МС (Сергеева, 2011: 66).

## Выводы

Согласно результатам нашего исследования, в особенностях спортивной мотивации и самореализации происходят изменения по мере достижения спортсменами высоких уровней спортивной квалификации. Нами не получено простых очевидных результатов, говорящих о том, что чем выше спортивная квалификация, тем более развита мотивация и самореализация у спортсменов. Каждая из изучаемых групп спортсменов показала свою специфику. Мотивационный профиль спортсменов-профессионалов соответствует модели мотивации спортсмена высокого класса, в группах спортсменов-любителей и спортсменов-параолимпийцев иерархия мотивов схожа, однако их энергетическая наполненность ниже. По второй методики в иерархии профессиональных спортсменов и спортсменов-параолимпийцев преобладают устойчивые, долговременные мотивы – ведущих 4 мотива – мотив физического совершенства, мотив повышения престижа, желаниа славы, мотив развития характера и психических качеств и мотив эстетического

удовольствия и острых ощущений. В иерархии спортсменов-любителей – ведущих 3 мотива – мотив физического совершенства, мотив развития характера и психических качеств и мотив эстетического удовольствия и острых ощущений. Иерархии мотивов схожи. Различия прослеживаются в каждой группе в зависимости от уровня спортивной квалификации. Выявленные различия позволили обнаружить аспекты требующие внимания со стороны тренеров и спортивных психологов, в первую очередь связанные с падением уровня мотивации у спортсменов высокого класса МС и МСМК и ригидностью жизнестойкости у спортсменов-параолимпийцев. Также в процессе подготовки к соревнованиям важно учитывать, что у спортсменов-любителей различаются ведущие мотивы, в зависимости от их спортивного прошлого.

Что касается самореализации, то ее общий уровень не высок, а уровень профессиональной самореализации в спорте крайне низкий во всех трех группах, и очевидно, что спортсмены нуждаются в развитии новых стратегий самореализации.

## Литература

- Khalid N.H, Rasyid N., Ahmad Y.) Development, validation, and reliability of athletes' resilience index // *Pedagogy of Physical Culture and Sports*. – 2022. – №26(3). – P.188-192. DOI.10.15561/26649837.2022.0307
- 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). – P.162–168. DOI.10.15561/18189172.2019.0401
- Rusu M. The Process of Self-Realization—From the Humanist Psychology Perspective // *Psychology*. – 2019. – №10. – P.1095-1115. DOI.10.4236/psych.2019.108071.
- Sarkar M. Psychological Resilience: Definitional Advancement and Research Developments in Elite Sport // *International Journal of Stress Prevention and Wellbeing*. – 2019. – №1(3). – P.1–4.
- Авакян М.Р. Формирование мотивации у спортсменов. Перспективы развития научных исследований. Сборник научных трудов по материалам Международной научно-практической конференции (Тюмень, 12 мая 2022 г.). – Тюмень: Изд-во «НИЦ ТП», 2022. – 697 с.
- Аринчина Н.Г., Аниськова О.Е., Петрова Е.Э. Особенности спортивной мотивации у студентов БГУФК, являющихся спортсменами-профессионалами // *Прикладная спортивная наука*. – 2019. – №1 (9). – С. 4-10.
- Багадирова С.К. Структурная модель самореализации спортсмена в условиях профессионализации в дзюдо // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта*. – 2019. – №12 (178). – С. 369-374.
- Бочавер К.А., Довжик Л.М. Совладающее поведение в профессиональном спорте: феноменология и диагностика // *Клиническая и специальная психология*. 2016. – №1. – С. 1–18.
- Кудинов С.И., Кудинов С.С. Психодиагностика личности: учебн. пособие. – Тольятти : Изд-во ТГУ, 2012. – 270 с.
- Мнацаканян Б.Х., Хачатурова Э.В., Степанян Л.С. Основные факторы демотивации у спортсменов различных групп видов спорта // *Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта*. – 2016. – №1. – С. 64-68.
- Никитина Е.В. Феномен жизнестойкости: концепция, современные взгляды и исследования // *Academy*. – 2017. – №4 (19). – С. 100-103.
- Панкратова И.А. Влияние копинг-стратегий на мотивацию у спортсменов-профессионалов // *Мир науки. Педагогика и психология*. – 2021. – №4. – С. 25.
- Сергеева А.А. Особенности самореализации личности в спортивной деятельности // *Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна»*. – 2011. – №1. – P. 56-67.

Сопов В. Ф. Психические состояния в напряженной профессиональной деятельности. – Москва: Академический Проект, 2020. – 128 с.

Уляева Л.Г., Дубовицкая Т.Д., Шашков А.В. Типы самореализации личности в спорте // *Теория и практика физической культуры*. – 2021. – №4. – С. 77-77.

Шамич О.М. Психологія самореалізації особистості в паралімпійському спорті: дис... докт. психол. наук. — Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2020. – 458с.

## References

Khalid N.H, Rasyid N., AhmadY. (2022) Development, validation, and reliability of athletes' resilience index. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, no 26(3), pp.188-190. DOI.10.15561/26649837.2022.0307

Koloso A.B., Volianiuk N.Yu., Lozhkin G.V., Buniak N.A., Osodlo V.I. (2019) Comparative analysis of self-reliance of athletes of different sports. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, no 23(4), pp.162–168. DOI.10.15561/18189172.2019.0401

Rusu M. (2019). The Process of Self-Realization—From the Humanist Psychology Perspective. *Psychology*, no 10, pp.1095-1115. DOI.10.4236/psych.2019.108071

Sarkar M. (2019) Psychological Resilience: Definitional Advancement and Research Developments in Elite Sport. *International Journal of Stress Prevention and Wellbeing*, no 1(3), pp.1–4.

Avakyan M.R. (2022) Formirovanie motivacii u sportsmenov. Perspektivy` razvitiya nauchny`x issledovanij [Formation of motivation among athletes. Prospects for the development of scientific research]. *Sbornik nauchny`x trudov po materialam Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferencii (Tyumen` , 12 maya 2022 g.)*. Tyumen` : Izd-vo «NICz TI», 697 p. (In Russian)

Arinchina N.G., Anis`kova O.E., Petrova E.E. (2019) Osobennosti sportivnoj motivacii u studentov BGUFK, yavlyayushhixsya sportsmenami-professionalami [Features of sports motivation among BSUFC students who are professional athletes]. *Prikladnaya sportivnaya nauka*, no 1 (9), pp. 4-10. (In Russian)

Bagadirova S.K. (2019) Strukturnaya model` samorealizacii sportsmena v usloviyax professionalizacii v dzyudo [Structural model of athlete's self-realization in the conditions of professionalization in judo]. *Ucheny`e zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, no12 (178), pp. 369-374. (In Russian)

Bochaver K.A., Dovzhik L.M. (2016) Sovladayushhee povedenie v professional`nom sporte: fenomenologiya i diagnostika [Coping behavior in professional sports: phenomenology and diagnostics]. *Klinicheskaya i special`naya psixologiya*, no 1, pp. 1–18. (In Russian)

Kudinov S.I., Kudinov S.S. (2012) Psixodiagnostika lichnosti: uchebn. posobie [Psychodiagnosics of personality: studies. stipend.]. Tol`yatti: Izd-vo TGU, 270 p. (In Russian)

Mnaczakanyan B.X., Xachaturova E.V., Stepanyan L.S. (2016) Osnovny e factory demotivacii u sportsmenov razlichny`x grupp vidov sporta [The main factors of demotivation in athletes of various groups of sports]. *Pedagogiko-psixologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoy kul`tury i sporta*, no 1, pp. 64-68. (In Russian)

Nikitina E.V. (2017) Fenomen zhiznestojkosti: koncepciya, sovremenny e vzglyady` i issledovaniya [The phenomenon of resilience: concept, modern views and research]. *Academy*, no 4 (19), pp. 100-103. (In Russian)

Pankratova I. A. (2021) Vliyanie koping-strategij na motivaciyu u sportsmenov-professionalov [The influence of coping strategies on motivation in professional athletes]. *Mir nauki. Pedagogika i psixologiya*, no 4, pp. 25. (In Russian)

Sergeeva A. A. (2011) Osobennosti samorealizacii lichnosti v sportivnoj deyatel`nosti [Features of personal self-realization in sports activities]. *Psixologicheskij zhurnal Mezhdunarodnogo universiteta prirody, obshhestva i cheloveka «Dubna»*, no1, pp. 56-67. (In Russian)

Sopov V. F. (2020) Psixicheskie sostoyaniya v napryazhennoj professional`noj deyatel`nosti [Mental states in intense professional activity]. Moskva: Akademicheskij Proekt, 128 p. (In Russian)

Ulyaeva L.G., Duboviczkaya T.D., Shashkov A.V. (2021) Tipy` samorealizacii lichnosti v sporte [Types of personal self-realization in sports]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul`tury*, no 4, pp. 77-77. (In Russian)

Shamich O.M. (2020) Psixologiya samorealizaczii osobistosti v paralimpijs`komu sporti [Psychology of personal self-realization in Paralympic sports]: dis... dokt. psixol. nauk: 19.00.01. K.: Institut psixologії imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukraїni, 458p. (In Ukrainian)