

## ПРИМЕЧАНИЯ

- <sup>1</sup> См.: Хьелл Л. Теории личности. СПб., 2006.
- <sup>2</sup> См.: Лотман Ю.М. Статьи по типологии культуры. Тарту, 1971.
- <sup>3</sup> См.: Иовлев Б.В., Карпова Э.Б. Психология отношений. Концепция В.Н. Мясищева и медицинская психология. СПб., 1999.
- <sup>4</sup> Орлов Ю.М. Оздоровляющее (саногенное) мышление. Серия: Управление поведением. Кн. 1. М., 2006. С. 25.
- <sup>5</sup> Он же. Саногенное мышление. Серия: Управление поведением. Кн. 1. М., 2003. С. 31.
- <sup>6</sup> См.: Куклина Н.Б. Позитивное мышление развивающейся личности как социокультурный фактор духовной жизни общества: Дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 1999.
- <sup>7</sup> См.: Баламут А.Н. Психологическая подготовка сотрудников уголовно-исполнительной системы к действиям в экстремальных ситуациях: Учеб. пособие. Вологда, 2013. С. 15.
- <sup>8</sup> См.: Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. М., 1996.
- <sup>1</sup> Sm.: H'ell L. Teorii lichnosti. SPb., 2006.
- <sup>2</sup> Sm.: Lotman Ju.M. Stat'i po tipologii kul'tury. Tartu, 1971.
- <sup>3</sup> Sm.: Iovlev B.V., Karpova Je.B. Psihologija otnoshenij. Konceptcija V.N. Mjasishheva i medicinskaja psihologija. SPb., 1999.
- <sup>4</sup> Orlov Ju.M. Ozdoravlivajushhee (sanogennoe) myshlenie. Serija: Upravlenie povedeniem. Kn. 1. M., 2006. S. 25.
- <sup>5</sup> On zhe. Sanogennoe myshlenie. Serija: Upravlenie povedeniem. Kn. 1. M., 2003. S. 31.
- <sup>6</sup> Sm.: Kuklina N.B. Pozitivnoe myshlenie razvivajushhejsja lichnosti kak sociokul'turnyj faktor duhovnoj zhizni obshhestva: Dis. ... kand. psihol. nauk. Novosibirsk, 1999.
- <sup>7</sup> Sm.: Balamut A.N. Psihologicheskaja podgotovka sotrudnikov ugolovno-ispolnitel'noj sistemy k dejstviam v jekstremal'nyh situacijah: Ucheb. posobie. Vologda, 2013. S. 15.
- <sup>8</sup> Sm.: Bojko V.V. Jenergija jemocij v obshhenii: vzgljad na sebja i na drugih. M., 1996.

УДК 796.8:159.907

## Индивидуально-типологические особенности спортсменов вузов ФСИН России, специализирующихся в различных видах единоборств

**А.А. ЖАРКИХ** – доцент кафедры общей психологии Академии ФСИН России, кандидат психологических наук;

**Н.В. АНКУДИНОВ** – начальник кафедры физической подготовки и спорта Академии ФСИН России, кандидат педагогических наук, доцент;

**Д.Г. ДЕНИСОВ** – начальник кафедры физической подготовки Владимирского юридического института ФСИН России, кандидат педагогических наук, доцент

В статье рассматриваются результаты исследования индивидуально-типологических особенностей личности курсантов-спортсменов, специализирующихся в различных видах единоборств, и делается вывод о том, что для достижения эффективности в рассматриваемых видах спорта необходимы следующие индивидуально-типологические характеристики: выраженность интроверсии, сензитивности и индивидуалистичности, отсутствие яркой экстравертированности и эмоциональной лабильности.

Ключевые слова: курсанты-спортсмены; индивидуально-типологические особенности личности; интроверсия; экстраверсия; сензитивность; спонтанность; тревожность; стеничность; эмотивность; ригидность.

## Individually-typological features of universities athletes of the Federal Penal Service of Russia, specializing in various types of martial arts

**A.A. ZHARKIH** – Associate Professor of the Department of General Psychology of the Academy of the Federal Penal Service of Russia, PhD. in Psychology;

**N.V. ANKUDINOV** – Head of the Department of Physical Training and Sports Academy of the Federal Penal Service of Russia, PhD. in Pedagogics, Associate Professor;

**D.G. DENISOV** – Head of the Department of Physical Training of Vladimir Law Institute of the Federal Penal Service of Russia, PhD. in Pedagogics, Associate Professor

The article deals with the results of the study of individual-typological features of the personality of students-athletes, specializing in various types of martial arts, and it is concluded that in order to achieve efficiency in these sports there are required the following individual-typological characteristics: expression of introversion, the sensitivity and individualistic, the absence of bright extroversion and emotional lability.

**Key words:** students-athletes; individually-typological features of the personality; introversion; extraversion; sensitivity; spontaneity; anxiety; emotiveness; rigidity.

В правоохранительных органах Российской Федерации в качестве наиболее востребованных видов спортивной деятельности выступают различные виды единоборств. Не является исключением и уголовно-исполнительная система, в которой общее число спортсменов-единоборцев существенно превосходит количество представителей других видов спорта. Такая популярность объясняется тем, что единоборства составляют основу для боевых приемов борьбы, являющихся основными служебно-прикладными упражнениями, применяемыми сотрудниками уголовно-исполнительной системы<sup>1</sup>. Эффективное применение боевых приемов борьбы зависит не только от уровня физической подготовленности, но и от психологических особенностей сотрудника<sup>2</sup>. Индивидуально-типологические характеристики личности спортсменов-единоборцев являются базой для развития ведущих психических качеств, описываемых в отечественной научной литературе как необходимые сотрудникам уголовно-исполнительной системы для успешного освоения служебно-прикладных упражнений. В этой связи представляется актуальным исследование индивидуально-типологических особенностей личности курсантов-спортсменов ФСИН России, специализирующихся в различных видах единоборств.

Рассматривая единоборства, следует отметить, что с ростом спортивного мастерства особое значение приобретает оценка личностных и психических качеств спортсмена. В обстановке острой напряженной спортивной борьбы равных по силе, технико-тактической и физической подготовке соперников победы добивается тот, кто имеет лучшую морально-волевую и психологическую подготовку. На этапе спортивного совершенствования при общем увеличении объема специальной работы психологическая подготовка является не менее важным критерием роста спортивного мастерства, чем физическая и техническая подготовлен-

ность. Психологическая работа со спортсменами более эффективна при учете их индивидуально-типологической предрасположенности, она влияет на тренировочный процесс и соревновательную деятельность (А.Н. Крестников (1951), Н.В. Зимкин (1956), М.Г. Амилахвари (1962), Б.М. Теплов (1964), В.А. Вяткина (1974), П.Г. Русинов (1976), В.А. Данилов (1977), Г.Г. Илларионов (1978), В.А. Сальников (1981), В.И. Гончаров (1984), Ю.В. Лубкин (1984), М.В. Приставкина (1984), А.Р. Ширинов (1988), В.Д. Небылицин (1990), В.П. Рыбчинский (2000), А.Н. Капустина и др.) и может выступать в качестве факторов, способствующих максимальной реализации спортивного потенциала (В.И. Баландин (1986), Л.К. Серова (1999), О.В. Романова (2009), Е.П. Ильин (2012), Д.Р. Закиров (2013) и др.) и препятствующих достижению высоких спортивных результатов (А.Ц. Пуни (1973), Л.Д. Гиссен (1990) и др.).

По мнению Е.П. Ильина, индивидуально-типологическая predisпозиция составляет нейродинамический уровень пригодности спортсменов<sup>3</sup>.

Теоретической основой изучения индивидуально-типологических особенностей курсантов-единоборцев вузов ФСИН России нами была выбрана теория ведущих тенденций Л.Н. Собчик, согласно которой индивидуально-типологическую базу составляют восемь ведущих тенденций, сгруппированных по парам: интроверсия – экстраверсия, сензитивность – спонтанность, тревожность – агрессивность, ригидность – лабильность (рис.). Перечисленные критерии исходят из свойств нервной системы и гормонального статуса индивида, влекут за собой определенные способы реагирования, эмоциональные и социально-психологические особенности. Изучение выраженности ведущих тенденций является значимым для отбора в группы спортивного совершенствования, специализирующихся в единоборствах, поскольку он представля-

ет собой многокомпонентную сложившуюся систему учета психологических свойств и возможностей спортсмена. Кроме того, психологическая составляющая подготовки спортсмена имеет существенное значение

для более эффективного выбора стиля спортивной деятельности, методов психологического воздействия во время тренировочного процесса и ответственных соревнований.

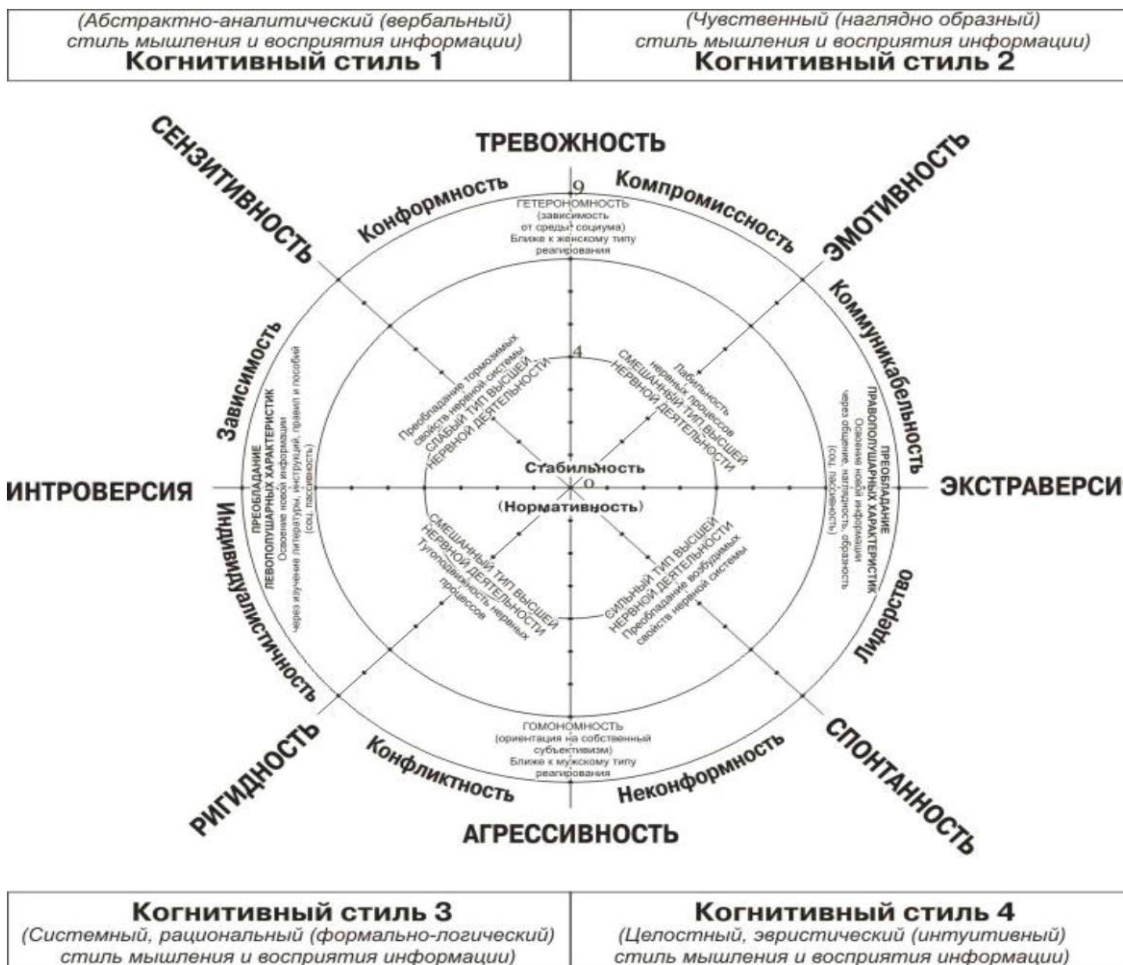


Рис. Типология индивидуально-типологических особенностей с позиций теории ведущих тенденций Л.Н. Собчик

В 2015 г. на базе научно-исследовательской лаборатории диагностических и оздоровительных технологий Академии ФСИН России проводилось психодиагностическое исследование индивидуально-типологических особенностей личности курсантов-спортсменов, специализирующихся в различных видах единоборств<sup>4</sup>. В обследовании приняли участие 83 чел., задействованные в группах спортивного совершенствования. Испытуемые были определены в две группы. В первую (основную) группу вошли спортсмены квалификации мастера спорта России и мастера спорта России международного класса – победители и призеры всероссийских и международных соревнований в количестве 17 чел. Вторая (контрольная) группа состояла из единобор-

цев в количестве 66 чел. квалификации до кандидата в мастера спорта включительно. Такое распределение спортсменов по группам объясняется незначительным процентом спортсменов высокой квалификации (победителей и призеров) по отношению к общему числу курсантов-единоборцев.

Перед исследованием была поставлена задача выявить индивидуально-типологические особенности высококвалифицированных курсантов-спортсменов с целью дальнейшего психологического сопровождения курсантов-единоборцев в вузах ФСИН России.

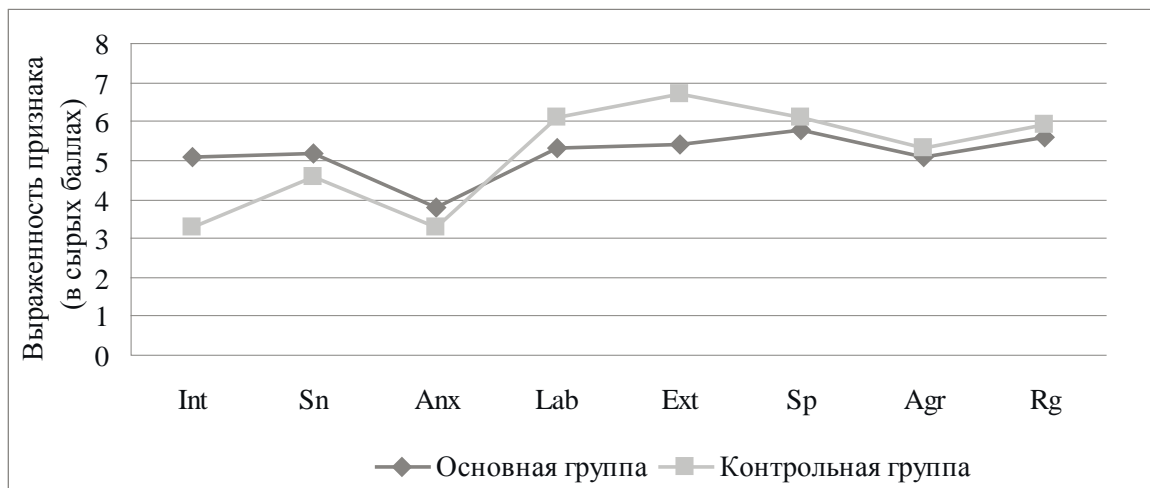
Исследование проводилось с использованием методов наблюдения, беседы, экспертной оценки. Тестирование осуществлялось по методикам Л.Н. Собчик

«Индивидуально-типологический опросник» (ИТО) и «Стандартизированный многофакторный метод исследования личности» (СМИЛ)<sup>5</sup>.

На диаграмме представлены параметры, по которым выявлены значимые различия ( $p < 0,05$ ), полученные в ходе применения методики «Индивидуально-типологический опросник».

Диаграмма

Усредненный профиль по методике «Индивидуально-типологический опросник» курсантов-спортсменов основной и контрольной групп, специализирующихся в единоборствах (Int – интроверсия; Sn – сензитивность; Anx – тревожность; Lab – лабильность; Ext – экстраверсия; Sp – спонтанность; Agr – агрессивность; Rg – ригидность)



Курсанты основной группы имеют менее выраженные значения по шкале экстраверсии (5,4) в сравнении с курсантами контрольной группы (6,7). Такое различие, по нашему мнению, объясняется тем, что невысокая степень выраженности экстраверсии позволяет в меньшей степени расходовать психическую энергию на окружающих и способствует концентрации внимания и мобилизации. При этом экстраверсия не должна быть выражена ниже определенного уровня, поскольку необходима для эффективного противодействия противнику во время со-

ревновательной схватки, в совокупности с сензитивностью составляя «чувство среды».

Курсанты основной группы также имеют более высокие значения по шкале интроверсии (5,1), чем курсанты контрольной группы (3,3), что, на наш взгляд, благоприятствует высокой психической концентрации при ведении боя.

Результаты исследования по методике «Стандартизированный многофакторный метод исследования личности» показали значимые различия ( $p < 0,05$ ) следующих параметров (табл.).

Название шкалы	Основная группа	Контрольная группа
Сверхконтроль	14,2	14,1
Пессимистичность	19,9	19,1
Эмоциональная лабильность*	16,3	18,1
Импульсивность	22	22,7
Мужественность – женственность	22,1	20,3
Ригидность	8,6	8,4
Тревожность	26,2	25,2
Индивидуалистичность*	27,5	25,4
Оптимистичность	23,5	23,2
Социальная интроверсия*	30,0	25,5

\* – различия статистически достоверны на уровне значимости  $p < 0,05$ .

По шкале сензитивности курсанты основной группы имеют значимые различия (5,2) в сравнении с курсантами контрольной груп-

пы (4,6), что, на наш взгляд, позволяет лучше чувствовать противника, предугадывать его тактические замыслы на основе «считы-

вания» различных индикаторов поведения (мимика, движения), что является актуальным при ведении боя.

Как и в первом исследовании по методике «Индивидуально-типологический опросник», курсанты основной группы показали более выраженную интроверсию (30,0), чем представители контрольной группы (25,5).

Кроме того, выявлены значимые различия между курсантами основной и контрольной групп по шкале эмоциональной лабильности. При этом эмоциональная лабильность в большей степени выражена у курсантов контрольной группы (18,1) в сравнении с курсантами основной группы (16,3). Менее выраженные значения эмоциональной лабильности, вероятно, благоприятствуют стрессоустойчивости, меньшим эмоциональным затратам во время соревнований и реакциям на судейский фактор. Это способствует большей концентрации внимания, поскольку слишком сильные эмоциональные проявления становятся помехами при ведении боя и негативно влияют на спортивный результат. К аналогичным выводам приходит А.Н. Капустин, констатирующий, что в соревновательной деятельности по сравнению с тренировочным процессом ухудшается качество выполнения упражнений у спортсменов, характеризующихся тревожностью, эмоциональной возбудимостью и ригидностью<sup>6</sup>. Однако следует отметить, что лабильность все же должна

присутствовать на уровне средней выраженности для моментального реагирования на действия противника. Так, с точки зрения Д.Р. Закирова, подвижность нервной системы, позволяющая быстро реагировать на действия соперника и эффективно использовать быструю смену ситуации, является одним из ведущих факторов успешной деятельности в спортивной борьбе<sup>7</sup>.

Проведенное исследование показало, что курсанты основной группы имеют более выраженную индивидуалистичность (28,2) в сравнении с курсантами контрольной группы (25,3). На наш взгляд, нестандартность мышления, являющаяся проявлением индивидуалистичности, способствует успешному ведению боя, поскольку предполагает нестандартность поведения, что сбивает тактику ведения боя противником.

Таким образом, проведенное исследование позволило сделать выводы о том, что для большей эффективности в единоборствах спортсменам необходимы следующие индивидуально-типологические характеристики: выраженность интроверсии, сензитивности и индивидуалистичности, отсутствие яркой экстравертированности и эмоциональной лабильности.

Полученные в ходе исследования данные будут использоваться при подготовке методических рекомендаций по психологическому сопровождению курсантов-спортсменов вузов ФСИН России.

## ПРИМЕЧАНИЯ

<sup>1</sup> См.: Наставление по физической подготовке (НФП-2001) сотрудников уголовно-исполнительной системы.

<sup>2</sup> См.: Физическая подготовка в учреждениях высшего профессионального образования: Учеб. пособие: В 2 ч. Рязань, 2014.

<sup>3</sup> См.: Ильин Е.П. Психология спорта. СПб., 2012. С. 117–118.

<sup>4</sup> См.: Анкудинов Н.В., Жарких А.А., Трунтягин А.А. Психологические особенности курсантов-спортсменов // Человек: преступление и наказание. 2015. № 3 (90) С. 200–205.

<sup>5</sup> См.: Собчик Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. СПб., 2008. С. 64–71.

<sup>6</sup> См.: Ильин Е.П. Психология спорта.

<sup>7</sup> См.: Закиров Д.Р. Психологическая подготовка борцов различного темперамента на предсоревновательном этапе подготовки: Дис. ... канд. пед. наук. Набережные Челны, 2013.

<sup>1</sup> См.: Наставление по физической подготовке (НФП-2001) сотрудников уголовно-исполнительной системы.

<sup>2</sup> См.: Физическая подготовка в учреждениях высшего профессионального образования: Учеб. пособие: В 2 ч. Рязань, 2014.

<sup>3</sup> См.: Ильин Е.П. Психология спорта. СПб., 2012. С. 117–118.

<sup>4</sup> См.: Анкудинов Н.В., Жарких А.А., Трунтягин А.А. Психологические особенности курсантов-спортсменов // Человек: преступление и наказание. 2015. № 3 (90) С. 200–205.

<sup>5</sup> См.: Собчик Л. Н. Психология индивидуальности. Теория и практика психодиагностики. СПб., 2008. С. 64–71.

<sup>6</sup> См.: Ильин Е.П. Психология спорта.

<sup>7</sup> См.: Закиров Д.Р. Психологическая подготовка борцов различного темперамента на предсоревновательном этапе подготовки: Дис. ... канд. пед. наук. Набережные Челны, 2013.