

дифференцирующих ответов относительно диапазона применения специализированных знаний и умений;

Наличие учебного, профессионального, семейного и в целом жизненного опыта, создает условия для глубокого рефлексивного анализа, в связи с чем, лицам, получающим образование в зрелом возрасте могут быть предложены проективные методы обследования, а также устные опросы типа фокус-группового взаимодействия, направленные на вербализацию своего отношения к деятельности и к себе в качестве ее субъекта;

Результаты мониторинга возрастных особенностей процесса обучения должны стать основой для разработки и внедрения корректирующих мероприятий, направленных на повышение качества учебно-профессиональной подготовки специалистов, при отслеживании результатов (эффектов) их реализации.

Литература

Дементий Л.И., Хохлова Т.В. Особенности мотивации при получении второго высшего психологического образования // Человек в контексте эпохи: Материалы региональной научной конференции, посвященной 85-летию М.Е. Бударина, Омск ОмГПУ, 2005. С. 76-80.

Е.Н. Митрофанова
Пермь, Пермский государственный
педагогический университет

ВОПРОСНИК ПРЕДСТАРТОВЫХ СОСТОЯНИЙ: ИТОГИ ПСИХОМЕТРИЧЕСКОЙ ПРОВЕРКИ

Не каждый спортсмен может справиться с соревновательной ситуацией, ведь она достаточно экстремальна и требует реализации

всего потенциала. Не у каждого получается его реализовать, даже при его существовании. Уровень достижений в профессиональном спорте возрастает, повышаются требования к личности спортсмена. Вместе с тем, большинство исследований в области психологии спорта были проведены еще советскими учеными. Но и в то время было мало стандартизированных измерителей, изучающих предстартовое состояние – нам удалось найти одну методику – «Шкалу самооценки» (по Спилбергеру–Ханину), изданную в 1977 г. Очевидно, что разработка инструментария, определяющего индивидуальные особенности предстартовых состояний спортсмена, является достаточно актуальной.

Целью нашей работы является создание компактного вопросника, с помощью которого на ранних этапах подготовки спортсменов можно выявить тех, чье доминирующее предстартовое состояние негативно отражается на результатах соревнований. Объектом исследования являются предстартовые состояния спортсменов. Предметом являются особенности проявления предстартовых состояний спортсменов.

Теоретическая значимость этой работы определяется возможностью психометрической валидации концепции предстартовых состояний А.Ц. Пуни (1959), согласно которой существует 3 вида предстартовых состояний по уровню активации или эмоциональному возбуждению - состояние лихорадки, боевого возбуждения и апатии. Очевидна практическая значимость работы: создание компактного вопросника предстартовых состояний необходимо для комплексного сопровождения психологической готовности спортсменов на всех этапах спортивной подготовки.

Исследование проводилось в два этапа (в течение 2010-2011 гг.). На первом в результате исследования литературы по вопросу предстартовых состояний были сформулированы пункты вопросника, теоретически относящиеся к 3 шкалам (состояния «боевой готовности», «предстартовой лихорадки» и «предстартовой апатии»), на втором происходила первичная апробация. Вопросник предстартовых состояний (далее ВПС) был апробирован на выборке 154 спортсменов (95 юношей и 59 девушек), в возрасте от 10 до 41 года, разных городов Пермского края (Пермь, Березники, Чусовой, Чайковский, Кунгур). Участвовали представители 20 различных видов спорта, различающихся также по характеру взаимодействия между партнерами - индивидуальных, командных, парных. В апробации первой версии вопросника приняли участие как активно выступающие спортсмены, так и те, которые уже закончили свою спортивную карьеру.

Первый вариант вопросника представляет собой перечень из 30 утверждений о состоянии спортсмена, проявления которых перед стартом необходимо оценить. Например, по шкале состояние «боевой готовности» спортсменам предлагалось оценить у себя проявление следующих состояний: напряжение, уверенность в своих силах, интерес, бодрость и т.д. По шкале состояние «предстартовой лихорадки» - чрезмерное волнение, тревога, раздражительность, боязнь соперника и т.д. По шкале состояние «предстартовой апатии» - вялость, сонливость, страх, боязнь ответственности и т.д. В ходе психометрической проверки вопросника особое внимание уделялось конструктивной валидности с использованием эксплораторного факторного анализа структуры взаимосвязей пунктов вопросника. Это было необходимо для выявления меры соответствия эмпирической

структуры пунктов теоретической (в соответствии с типологией А.Ц.Пуни). Использовался метод главных осей с последующим вращением Varimax raw.

Основные результаты исследования. В ходе психометрической проверки конструктивной валидности методом эксплораторного факторного анализа было получено трехфакторное решение, соответствующее заложенной теоретической модели: 1-й фактор по наполняющим его пунктам соответствует состоянию «предстартовая лихорадка» (ПЛ), 2-й состоянию «боевая готовность» (БГ), 3-й «предстартовой апатии» (ПА). В первый фактор вошли пункты с нагрузкой от 0,62 до 0,69, во второй от 0,52 до 0,67, в третий от 0,46 до 0,65.

Таким образом, пункты «Вопросника предстартовых состояний» (ВПС) образовали три фактора в соответствии с концепцией А.Ц.Пуни. Структура ВПС в определенной мере валидизирует указанную концепцию. Поскольку диагностика предстартовых состояний требует очень компактного инструмента, позволяющего провести обследование очень быстро, ВПС также достаточно компактен – он представлен 18-ю пунктами (по 6 на каждую из трех шкал). К примеру, в шкалу «состояние боевой готовности» вошли следующие пункты: интерес, установка на победу и др.; в шкалу «состояние предстартовой лихорадки» - боязнь ответственности, боязнь неудачи и др.; в шкалу «состояние предстартовой апатии» - усталость, печаль и т.д.

Несмотря на компактность вопросника и минимальное наполнение шкал пунктами (всего по 6 на каждую из трех шкал), его шкалы имеют удовлетворительную надежность. Надежность ВПС определялась вычислением показателя «альфа-Кронбаха надежности по

внутренней согласованности», а также методом расщепления шкал. По каждой шкале вычислялась также усредненная межпунктовая корреляция.

Приведем диапазоны указанных коэффициентов по каждой из трех шкал:

1-я шкала («предстартовая лихорадка»): «альфа-Кронбаха» 0,82; усредненная межпунктовая корреляция 0,43; надежность по расщеплению 0,80. 2-я шкала («боевая готовность»): «альфа-Кронбаха» 0,79; усредненная межпунктовая корреляция 0,39; надежность по расщеплению 0,80. 3-я шкала «предстартовая апатия»: «альфа-Кронбаха» 0,77; усредненная межпунктовая корреляция 0,36; надежность по расщеплению 0,82.

Была проведена также кроссвалидизация вопросника. Конвергентная валидность вопросника определялась с помощью вычисления коэффициента корреляции (по Ч. Спирмену) шкал ВПС со «шкалой мотивационного состояния» (МС) по В.Ф. Сопову. Были получены значимые коэффициенты корреляции шкалы мотивационного состояния со шкалами ВПС: МС - БГ 0,41; МС - ПЛ -0,40; МС - ПА - 0,39 (n=76).

В целом полученные данные показывают удовлетворительные характеристики валидности и надежности Вопросника предстартовых состояний.

Между тем остается вопрос – насколько способны шкалы вопросника дифференцировать реальную выборку спортсменов по комбинации трех предстартовых состояний? Сможет ли он выделить, например, три кластера спортсменов, различающихся по выраженности шкал ВПС? В целях ответа на этот вопрос нами в выборке 154-х

спортсменов был проведен кластерный анализ по методу k-means. Всего было выделено три кластера. В первый кластер вошли 50 респондентов с относительно невысокими показателями по шкале состояние «боевой готовности» (22,08), но значения этой шкалы значительно превосходят показатели по шкалам состояние «предстартовой лихорадки» (13,02) и «предстартовой апатии» (11,58), поэтому первый кластер был назван нами как «группа со сниженной боевой готовностью перед стартом». Во второй кластер вошли 67 респондентов с относительно высокими показателями по шкале «БГ» (27,79) и низкими показателями по шкалам «ПЛ» (11,01) и «ПА» (7,7), этот кластер был назван нами как «группа с высокой предстартовой готовностью». В третий кластер вошли респонденты (n=37) с относительно невысоким показателем по шкале «БГ» (24,86) почти равным показателю по шкале «ПЛ» (22,40), а также здесь показатели по шкале «ПА» (12,43) выше, чем в двух других кластерах. Третий кластер мы назвали «группа с преобладанием негативных параметров готовности к старту». Название трех кластеров мы считаем обоснованными, в их названии доминирует та или иная выраженность «боевой готовности», т.к. именно это состояние является наиболее стеническим, энергизирующим, а также ожидаемым тренером от любого спортсмена.

Данные кластерного анализа в целом поддерживают предположение о трехфакторной структуре предстартовых состояний, но также позволяют эту структуру даже упростить на уровне выраженности двух состояний – «позитивное для старта» (боевая готовность) и «негативное состояние» (предстартовая лихорадка или апатия) – не случайно в результате анализа они объединились в один

кластер. Возможно, такая картина свидетельствует о том, что состояние ПЛ и ПА на практике представляют собой лишь разные стадии процесса развития одного состояния.

Выводы.

Вопросник предстартовых состояний по своим психометрическим характеристикам является надежным и валидным методом диагностики.

Структура взаимосвязей пунктов вопросника в целом поддерживает трехфакторную структуру феномена предстартовых состояний.

Кластерный анализ показывает хорошие дифференцирующие возможности разработанного инструментария.

Структура предстартовых состояний может быть упрощена до следующей: «позитивное состояние (боевая готовность)» - «негативное состояние (предстартовая лихорадка или апатия)».

Вопросник предстартовых состояний может быть полезен в тренерской работе и в работе спортивного психолога для оптимизации и индивидуализации психологической подготовки спортсмена к соревнованиям.

Литература

1. Вяткин Б.А. Избранные психологические исследования индивидуальности: теория, практика, эксперимент / Б.А. Вяткин. - Перм. гос. пед. ун-т - Пермь, 2005. - с.148-160
2. Ильин В.П. Эмоции и чувства / В.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2001.
3. Пуни А.Ц. Очерки психологии спорта / А.Ц. Пуни - М., 1959.