

DOI: 10.26693/jmbs06.04.226

УДК 796.01+378:159.9

Кіченок Н. В.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТЕНІСІСТІВ 16–18 РОКІВ

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
Дніпро, Україна

Метою дослідження стало визначення психологічних особливостей тенісистів.

Методи. Об'єм вибірки становив 16 осіб (Ірпінська ДЮСШ), з них 8 з вищими показниками успішності (до уваги беруться результати змагань, кількість перемог, важливість змагань, у яких приймають участь), та 8 з нижчими. Вік досліджуваних варіював від 16 до 18 років, респонденти приймають участь у змаганнях з тенісу, відповідно до їх вікової категорії. У дослідженні було використано наступні валідовані методики: 1) «Готовність до ризику»; 2) «Тест самоактуалізації» (САТ); 3) «Діагностика особистісної установки «Альтруїзм-егоїзм».

Результати. При проведенні порівняльного аналізу виявлено, що серед респондентів з вищими показниками успішності мотивація до успіху впливає на розвиток самоконтролю, самооцінки, рівня домагань. У вибірці неуспішних спортсменів рівень намагань впливає на розвиток самооцінки, емоційної нестійкості, мотивації до уникнення невдач. Емоційна нестійкість спортсмена знижує рівень самоконтролю і мотивації до успіху.

За результатами дослідження методикою «Готовність до ризику» Шуберт, було виявлено, що у тенісистів з вищими показниками успішності 62,5% виражено середній рівень готовності до ризику, і 37,5% - низький рівень. Натомість у спортсменів з нижчими показниками успішності, середній рівень виражений у 37,5%, низький – у 50%, і високий – у 12,5%. За результатами тесту «Альтруїзм-егоїзм» можемо побачити, що у спортсменів-тенісистів з вищими показниками успішності, більш виражена егоїстична тенденція (62,5% опитаних), натомість як у спортсменів з нижчими показниками успішності егоїстична тенденція зустрічається у 50%.

Висновки. В результаті дослідження встановлено, що успішність і не успішність в спорті залежить від особливостей характеристик спортсмена. Також було виявлено основні характеристики психології тенісиста, що допомагає розширити знання з психології спорту. Проведене дослідження може стати базою для подальших теоретичних, емпіричних досліджень, а також методичних доробок з психології тенісу.

Ключові слова: психологія спорту, теніс, психологічні особливості тенісиста, психологія тенісу.

Вступ. Однією з найважливіших умов становлення успішної особистості тенісистів є психологічна підготовка. Достеменно відомо, що спортивна кар'єра у тенісі будується перш за все на відточенні майстерності, швидкості реакції, високій продуктивності та розвинутих вольових якостях. Досягнення високих результатів для спортсмена пов'язане з важкою працею, пересиленням самого себе, виділенням кордонів своїх можливостей.

Психіка є часто вирішальним фактором у формуванні не тільки психології переможця, але і підвищення фізичної, технічної та тактичної майстерності. З однієї сторони, це можна вважати очевидним, але з іншої цей факт може бути забутим на фоні щоденних тренувальних задач.

Слід зазначити, що в спортивній психології різні види порту вивчені по різному. Найбільш часто об'єктом психологічного дослідження є такі види спорту, як футбол, спортивна гімнастика, легка атлетика, боротьба. Це пов'язано з їх масовим характером і доступністю для вивчення. Питання дослідження емоційного психічного стану тенісистів було і залишається недостатньо дослідженою проблематикою. Р Вейнберг [1, 2, 3], досліджував психологію тенісистів 16-18 років, а також у своїх дослідженнях розробив методичні та практичні рекомендації щодо психологічної підготовки спортсменів у тенісі. У дослідженнях А. Абен та ін. [4] було приділено увагу висвітленню питань особливостей психологічного стану тенісистів в процесі змагальної діяльності. У дослідженнях [5, 6] розглянуто важливі психологічні аспекти підготовки спортсменів-тенісистів.

Проте, у вітчизняній літературі практично відсутні дослідження присвячені цій темі, що і зумовлює її актуальність.

Мета дослідження полягала у визначенні психологічних особливостей тенісистів 16-18 років.

Матеріал та методи дослідження. Об'єм вибірки становив 16 осіб (Ірпінська ДЮСШ), з них 8 з вищими показниками успішності, та 8 з нижчими. Для розрахунку успішності тенісистів, до уваги бралися результати змагань, кількість перемог та важливість змагань, у яких приймали участь спортсмени. Було розроблено протокол оцінки, за яким перемога у міжнародному змаганні оцінювалась у 4 бали, перемога у всеукраїнському

змаганні оцінювались у 3 бали, перемога у обласному змаганні – 2 бали, перемога у міських змаганнях та участь в інших змаганнях, без перемоги оцінювалась в 1 бал. Далі було вираховано середній показник успішності по всій вибірці, який становив 1,47. Відповідно до категорії тенісистів з вищими показниками успішності увійшли спортсмени з показником вище середнього, а до категорії тенісистів з нижчими показниками успішності увійшли спортсмени з показником нижче середнього. Вік досліджуваних варіював від 16 до 18 років, респонденти приймають участь у змаганнях з тенісу, відповідно до їх вікової категорії. У дослідженні було використано наступні валідовані методики: 1) методика Шуберта «Готовність до ризику» для оцінки ступеня готовності до ризику; 2) «Тест самоактуалізації» (САТ) для вивчення особистісних орієнтацій та самоактуалізуючих якостей особистості; 3) «Діагностика особистісної установки «Альтруїзм-егоїзм» для оцінки особистісних установок альтруїзму та егоїзму.

Учасникам дослідження були запропоновані бланки методик, після опрацювання яких було проведено їх обробку згідно з ключами відповідей. Для ґрунтовного аналізу даних та оформлення висновків за методиками, до уваги також бралися характеристики спортсменів, надані їх тренером.

Проведення дослідження не суперечить нормам українського законодавства та відповідає вимогам Закону України «Про наукову і науково-технічну діяльність» від 26 листопада 2015 року № 848-VIII. Кожен учасник підписував інформовану згоду на участь у дослідженні, і вжиті всі заходи для забезпечення анонімності учасників.

Для проведення аналізу та формування висновків було використано метод визначення середніх показників а також обчислення та аналіз стандартного відхилення.

Результати дослідження. За результатами дослідження методикою «Готовність до ризику», було виявлено, що у тенісистів з вищими показниками успішності 62,5% виражено середній рівень готовності до ризику, і 37,5% - низький рівень. Натомість у спортсменів з нижчими показниками успішності, середній рівень виражений у 37,5%, низький – у 50%, і високий – у 12,5% (рис. 1).

Готовність до ризику – якість, що є важливою для будь-якого виду спорту. Бути лідером у своїй справі означає ризикувати, без чого неможливі високі результати. Таким чином, у більшості тенісистів з вищими показниками успішності, схильність до ризику має середній рівень, а у більшості тенісистів з нижчими показниками успішності схильність до ризику має низький рівень.

Результати діагностики спортсменів за тестом «Альтруїзм-егоїзм» представлені на рис. 2.

За результатами цієї методики можемо зробити висновок, що у спортсменів-тенісистів з вищими показниками успішності, більш виражена егоїстична тенденція (62,5% опитаних), натомість як у спортсменів з нижчими показниками успішності егоїстична тенденція зустрічається у 37,5%. Це пояснюється тим, що результат гри в тенісі залежить лише від спортсмена, а не від команди.

Результати діагностики особистісних орієнтацій за тестом самоактуалізації (САТ) представлено на рис. 3.

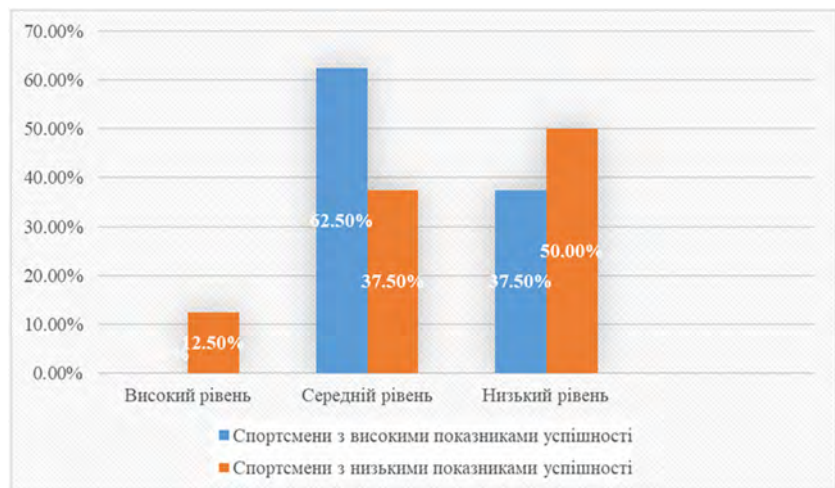


Рис. 1 – Кількісні та якісні рівні діагностичних показників успішності тенісистів



Рис. 2 – Результати діагностики тенісистів за тестом «Альтруїзм-егоїзм»

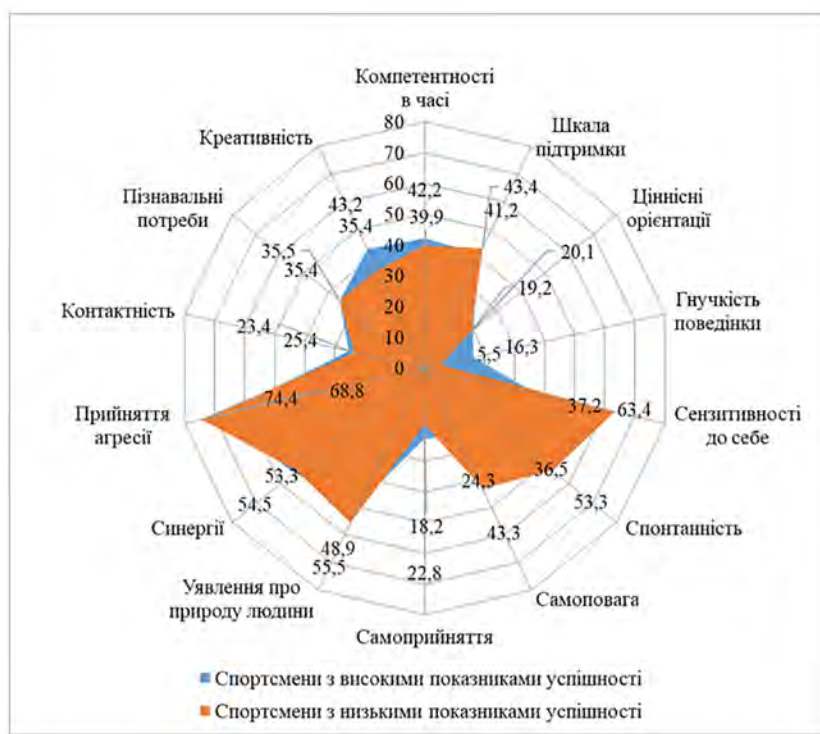


Рис. 3 – Результати діагностики особистісних орієнтацій за тестом самоактуалізації (САТ)

Показники спортсменів-тенісистів, що мають низькі показники успішності, за методикою САТ є вищими (рис. 3). Так середній показник за методикою, у спортсменів з вищими показниками успішності складає 36,91, а середній показник спортсменів з нижчими показниками успішності складає 40,26. Отже, відхилення між середніми значеннями показників двох груп респондентів складає 3,35.

Обговорення отриманих результатів. В рамках емпіричного дослідження отримано дані про те, що тенісисти з вищими показниками успішності, які приймали участь в дослідженні більш емоційно стійкі, незалежні, відповідальні, наполегливі в досягненні цілей, в цілому мають стійкі особистісні характеристики. У той час як неуспішні спортсмени емоційно нестійкі, залежні від оточуючих. Вони мають низький рівень самоконтролю і пристосовності.

При проведенні порівняльного аналізу виявлено, що у серед респондентів з вищими показниками успішності мотивація до успіху впливає на розвиток самоконтролю, самооцінки, рівня домагань. У вибірці неуспішних спортсменів рівень намагань впливає на розвиток самооцінки, емоційної нестійкості, мотивації до уникнення невдач. Емоційна нестійкість спортсмена знижує рівень самоконтролю і мотивації до успіху.

В рамках вивчення особливостей тенісистів з вищими і нижчими показниками успішності, були отримані дані, що успішні спортсмени здатні управляти своїми почуттями, думками, діями в умовах емоційного збудження або пригніченості, наростаючого стомлення, несподіваних труднощів,

невдач і інших несприятливих чинників. Успішні спортсмени мотивовані більшою мірою на удачу, це обумовлює спрямованість в процесі змагань на напад, ніж на захист. Вони висувають високі вимоги до своєї особистості, при цьому у них спостерігається адекватна самооцінка. Цей факт доводить раніше проведені дослідження за даною тематикою [7].

Успішні спортсмени цілеспрямовані, не бояться брати на себе відповідальність, сміливі, рішучі, наполегливі. Показують високі показники і орієнтуються на високі досягнення, при цьому мають ясну і адекватну оцінку своїх здібностей і особистості, що підтверджує раніше озвучені гіпотези та проведені дослідження у численних працях [8, 9, 10, 11].

Неуспішні спортсмени не виявляють самоконтроль, незалежність, ініціативність, строго дотримуючись вказівок тренера, не можуть самостійно змінювати намічений план в процесі боротьби, якщо щось йде не так. Спортсмени мотивовані на уникнення невдач в більшій мірі ніж на успіх, даний фактор позначається і на тактиці введення гри, тобто спортсмени ведуть не наступальний бій, а оборонний. Неуспішні спортсмени також пред'являють високі вимоги до своєї особистості (ставлять перед собою надцілі), але при цьому у них виявлено низький рівень самооцінки. Це призводить до зниження результативності змагання. Спортсмени мотивовані на уникнення невдач в більшій мірі ніж на успіх, даний фактор позначається і на тактиці введення гри, тобто спортсмени ведуть не наступальний бій, а оборонний.

Висновки. Встановлено, що для тенісистів притаманні психологічні особливості. Вони зазвичай екстравертовані, досить емоційно стійкі, проявляють достатню твердість характеру. На незалежного спортсмена переконливо діють навіювання та аргументація, ніж прості вказівки, що і як робити. Такий спортсмен несприятливо реагує на тренера, що використовує лише розпорядження чи накази; йому слід створювати умови для вияву своєї незалежності, допомагати зберегти високий рівень самооцінки. Занадто різкі переходи і зміна стилю стосунків з такими спортсменами можуть мати небажані наслідки.

Перспективи подальших досліджень. Основні психологічні характеристики тенісиста сприяють розширенню знань із психології спорту. Дане дослідження, може стати основою для подальших теоретичних, емпіричних розвідок, а також методичних праць з психології тенісу.

References

- Weinberg R. *Tennis: Winning the Mental Game*. Lynn MA, Zimman HO; 2002.
- Ideas I. *Instant tennis 2: Winning the mental game*. 2011; Infinite Ideas.
- Weinberg R, Butt J, Knight B, Burke KL, Jackson A. The relationship between the use and effectiveness of imagery: An exploratory investigation. *J Appl Sport Psychol*. 2003; 15(1): 26-40. doi: 10.1080/10413200305398
- Aben A, De Wilde L, Hollevoet N, Henriquez C, Vandeweerd M, Ponnet K, et al. Tennis elbow: associated psychological factors. *J Shoulder Elbow Surg*. 2018 Mar; 27(3): 387-392. PMID: 29433642. doi: 10.1016/j.jse.2017.11.033
- Broadbent DP, Ford PR, O'Hara DA, Williams AM, Causer J. The effect of a sequential structure of practice for the training of perceptual-cognitive skills in tennis. *PLoS One*. 2017 Mar 29; 12(3): e0174311. PMID: 28355263. PMCID: PMC5371311. doi: 10.1371/journal.pone.0174311
- Cowden RG, Fuller DK, Anshel MH. Psychological predictors of mental toughness in elite tennis: an exploratory study in learned resourcefulness and competitive trait anxiety. *Percept Mot Skills*. 2014 Dec; 119(3): 661-78. PMID: 25387038. doi: 10.2466/30.PMS.119c27z0
- Paulhus D, Molin J, Schuchts R. Control profiles of football players, tennis players, and nonathletes. *J Soc Psychol*. 1979; 108(2): 199-205. doi: 10.1080/00224545.1979.9711632
- Kilit B, Arslan E. Effects of High-Intensity Interval Training vs. On-Court Tennis Training in Young Tennis Players. *J Strength Cond Res*. 2019 Jan; 33(1): 188-196. PMID: 30113920. doi: 10.1519/JSC.0000000000002766
- Greenleaf C, Gould D, Dieffenbach K. Factors influencing Olympic performance: interviews with Atlanta and Négano US Olympians. *J Appl Sport Psychol*. 2001; 13(2): 154-184. doi: 10.1080/104132001753149874
- Gallo-Salazar C, Del Coso J, Sanz-Rivas D, Fernandez-Fernandez J. Game Activity and Physiological Responses of Young Tennis Players in a Competition With Two Consecutive Matches in a Day. *Int J Sports Physiol Perform*. 2019 Jul 1; 14(7): 887-893. PMID: 30569784. doi: 10.1123/ijspp.2018-0234
- Butler R, Hardy, L. The performance profile: theory and application. *Sport Psychol*. 1992; 6: 253-264. doi: 10.1123/tsp.6.3.253

УДК 796.01+378:159.9

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕННИСИСТОВ 16-18 ЛЕТ

Киченок Н. В.

Резюме. *Цель исследования.* Определение психологических особенностей личности профессиональных теннисистов.

Методы исследования. Объем выборки составил 16 человек (Ирпенская ДЮСШ), из них 8 с высокими показателями успеваемости (учитываются результаты соревнований, количество побед, важность соревнований, в которых принимают участие), и 8 с низкими. Возраст исследуемых варьировал от 16 до 18 лет, респонденты принимают участие в соревнованиях по теннису, в соответствии с их возрастной категорией. В исследовании были использованы следующие валидированные методики: 1) «Готовность к риску»; 2) «Тест самоактуализации» (САД) 3) «Диагностика личностной установки «Альтруизм-эгоизм».

Результаты. При проведении сравнительного анализа выявлено, что среди респондентов с высокими показателями успешности мотивация к успеху влияет на развитие самоконтроля, самооценки, уровня притязаний. В выборке неуспешных спортсменов уровень попыток влияет на развитие самооценки, эмоциональной неустойчивости, мотивации к избеганию неудач. Эмоциональная неустойчивость спортсмена снижает уровень самоконтроля и мотивации к успеху.

По результатам исследования методике «Готовность к риску» Шуберт, было обнаружено, что у теннисистов с высокими показателями успеваемости 62,5% выражено средний уровень готовности к риску, и 37,5% - низкий уровень. Зато у спортсменов с низкими показателями успеваемости, средний уровень выражен в 37,5%, низкий - у 50%, и высокий - в 12,5%. По результатам теста «Альтруизм-эгоизм» можем увидеть, что у спортсменов-теннисистов с высокими показателями успеваемости, более выраженная эгоистическая тенденция (62,5% опрошенных), зато как у спортсменов с низкими показателями успеваемости эгоистическая тенденция встречается в 50%.

Выводы. В результате исследования мы обнаружили, что успешность и не успешность спортсмена в спорте зависит от особенностей личностных характеристик спортсмена. Определены основные характеристики психологии теннисиста, что помогает расширить знания по психологии спорта. Проведенное исследование может стать базой для дальнейших теоретических, эмпирических исследований, а также методических разработок по психологии профессионального тенниса.

Ключевые слова: психология спорта, теннис, психологические особенности теннисиста, психология тенниса.

UDC 796.01+378:159.9

Psychological Characteristics of 16-18-Year-Old Tennis Players**Kichenok N. V.**

Abstract. Physical education contributes to the rational solution of practical problems of general health, educational and upbringing nature, taking into account the analysis of the psychological aspects of physical education. Therefore, it is extremely important to study the psychology of tennis players.

The comparative analysis revealed that among the respondents with high indicators of success the motivation to success affects the development of self-control, self-esteem, the level of pretensions. In the sample of unsuccessful athletes the level of attempts influences the development of self-esteem, emotional instability, and motivation to avoid failure. Emotional instability of the athlete reduces the level of self-control and motivation to succeed.

Within the framework of the study of personal features of tennis players with the highest and lowest indicators of success, we received data that successful athletes are able to manage their feelings, thoughts, actions in conditions of emotional excitement or depression, growing fatigue, unexpected difficulties, failures and other unfavorable factors.

The purpose of the study was to define psychological features of the personality of tennis players.

Materials and methods. The sample size was 16 people (Irpın Sports School), 8 of them with high success rates (taking into account the results of competitions, the number of victories, the importance of competitions in which they participate), and 8 with low. The age of the subjects varied from 16 to 18 years, the respondents take part in tennis competitions, according to their age category. The following validated methods were used in the study: 1) "Willingness to take risks"; 2) "Self-actualization test"; 3) Diagnosis of personal attitude "Altruism-egoism".

Results and discussion. According to the results of the study by the method of "Risk readiness" by Schubert, it was found that tennis players with high success rates of 62.5% have an average level of risk appetite, and 37.5% – a low level. In contrast, athletes with low success rates have an average level of 37.5%, a low level of 50%, and a high level of 12.5%. According to the results of the test "Altruism-egoism" we can see that tennis players with high success rates have a more pronounced selfish tendency (62.5% of respondents), while athletes with low success rates have a selfish tendency in 50%.

Conclusion. As a result of the study, we found that the success and failure of the athlete in sports depends on the peculiarities of the personal characteristics of the athlete. The main characteristics of the psychology of a tennis player were also revealed, which helps to expand the knowledge of sports psychology in the field of tennis. This study can be the basis for further theoretical, empirical research, as well as methodological developments in the psychology of professional tennis.

Keywords: psychology of sport, tennis, psychology of tennis players, psychological features of a tennis player, psychology of tennis.

ORCID and contributionship:Nadiia V. Kichenok: 0000-0001-6646-9846^{A-F}

A – Work concept and design, B – Data collection and analysis,

C – Responsibility for statistical analysis, D – Writing the article,

E – Critical review, F – Final approval of the article

CORRESPONDING AUTHOR**Nadiia V. Kichenok**

Pridniprovsk State Academy of Physical Culture and Sports

Theory and Methods of Physical Education Department

10, Peremogi embankment St., Dnipro 49094, Ukraine

tel: +380956915032, e-mail: kichenoknadiia@i.ua

The authors of this study confirm that the research and publication of the results were not associated with any conflicts regarding commercial or financial relations, relations with organizations and/or individuals who may have been related to the study, and interrelations of coauthors of the article.

Received: 02.05.2021 p.

Рекомендована до друку на засіданні редакційної колегії після рецензування