

Научная статья

УДК 159.9.072:796

doi 10.46741/sgjournal.2024.14.3.009

Изучение лидерских способностей у спортсменов индивидуальных видов спорта

СЕРГЕЙ СЕРГЕЕВИЧ ССОРИН

Академия ФСИН России, Рязань, Россия, ssorin@list.ru

Аннотация. В статье рассмотрен вопрос изучения лидерских способностей у спортсменов индивидуальных видов спорта. Приведены результаты эмпирического исследования курсантов-спортсменов Академии ФСИН России по методике «Потенциал лидера» С. С. Степанова и опроснику Е. Жарикова, Е. Крушельникова. Выявлена многогранность понятия «лидерство», включающего в себя ряд необходимых профессиональных качеств: высокую ответственность, критическое мышление, развитую саморегуляцию, мотивацию на успех, стрессоустойчивость. Выдвинута гипотеза о том, что лидерские качества положительно влияют на спортивные результаты, подчеркивается эффективность разработанного способа развития лидерских качеств у спортсменов.

Ключевые слова: потенциал лидера; подготовка спортсмена; психологическое сопровождение; личностные качества; тренинг; мотивация; индивидуальные виды спорта.

5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология.

Для цитирования: Ссорин С. С. Изучение лидерских способностей у спортсменов индивидуальных видов спорта // Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований. 2024. № 3 (14). С. 80–84. doi 10.46741/sgjournal.2024.14.3.009.

Original article

Studying Leadership Abilities of Athletes of Individual Sports

SERGEI S. SSORIN

Academy of the FPS of Russia, Ryazan, Russia, ssorin@list.ru

Abstract. The article considers the issue of studying leadership abilities of athletes of individual sports. Results of the empirical study of cadets-athletes of the Academy of the FPS of Russia using the method of “Leader Potential” by S.S. Stepanov and the questionnaire by E. Zharikov, E. Krushelnikov are presented. The author analyzes the concept of “leadership” and identifies its complexity; it includes a number of necessary professional qualities, such as high responsibility, critical thinking, developed self-regulation, motivation for success, and stress tolerance. The hypothesis is put forward that leadership qualities have a positive effect on sports results and the effectiveness of the developed method of forming leadership qualities in athletes is proved.

Key words: leader potential; athlete training; psychological support; personal qualities; training; motivation; individual sports.

5.3.5. Social psychology, political and economic psychology.

For citation: Sorin S.S. Studying leadership abilities of athletes of individual sports. *All-Russian Research and Practice Journal of Studies in Social Sciences and Humanities*, 2024, no. 3 (14), pp. 80–84. doi 10.46741/sjournal.2024.14.3.009.

Психология индивидуальных видов спорта имеет ряд отличий, влияющих на результаты спортсмена. Помимо сформированных волевых качеств также необходимы коммуникативные умения, лидерские способности. Рассмотрим проблему изучения лидерского потенциала у спортсменов индивидуальных видов спорта на примере курсантов Академии ФСИН России, являющихся членами групп спортивного совершенствования [1, с. 517].

В научной литературе существуют различные подходы к понятию лидерства. Оно рассматривается и как способ влияния на окружающих, и как личностная особенность [3, с. 2]. Данная проблема на протяжении многих лет изучается социологами, философами, историками, психологами, педагогами. Значимый вклад в разработку темы внесли Н. И. Михайловский, Д. Б. Эльконин, Б. Д. Парыгин, Р. Л. Кричевский. Так, М. С. Балунев выделяет следующие качества лидеров: способность управлять собой, наличие четких целей, умение решать проблемы, творческий подход к организации людей, умение влиять на окружающих, наличие специфических организаторских способностей, умение работать с группой [4, с. 192]. Э. Е. Лукьянчиков выделяет три группы качеств: качества квалифицированного специалиста, качества руководителя и организатора своих подчиненных. Изучению факторов, влияющих на лидерский потенциал и его значимость для спортсменов, посвящены работы таких ученых, как Э. А. Каминская, М. И. Волк и Е. В. Сичкарь [1, с. 516].

Достижение высоких результатов является главной целью спортсменов. Поэтому факторы, влияющие на успешность спортсмена, вызывают особый интерес. Среди них не только физические показатели, но и психологические качества: целеустремленность, решительность, смелость. Из этих характеристик складывается лидерский потенциал. Нельзя также забывать о самовоспитании и самодисциплине. Итоги соревнований показывают, что спортсмены, обладающие этими качествами, демонстрируют высокие результаты, занимают призовые места, устанавливают личные рекорды [1, с. 511]. Выходя на старт, спортсмен активизирует все внутренние резервы, духовную силу, смекалку, лидерские качества. Последнее может рассматриваться как необходимое условие успешной подготовки спортсмена.

Для того чтобы оценить уровень развития лидерских качеств у спортсменов Академии ФСИН России, нами было проведено эмпирическое исследование (50 чел. в возрасте от 18 до 21 года). Были выбраны две группы – контрольная (В) и экспериментальная (А), по 25 человек путем рандомизации [1, с. 512]. С экспериментальной группой была проведена работа, способствующая повышению лидерских способностей. Дальнейшее сравнение результатов двух групп позволило оценить эффективность работы. Для выполнения нашего исследования использовались диагностика лидерских способностей Е. Жарикова, Е. Крушельникова [2, с. 8] и методика «Потенциал лидера» С. С. Степанова.

С помощью методики Е. Жарикова и Е. Крушельницкого оценивались лидерские способности у 50 курсантов индивидуальных видов спорта различной квалификации (первый спортивный разряд – 31 чел., кандидаты в мастера спорта – 13 чел., мастера спорта – 6 чел.) [5, с. 161]. Было установлено, что большинству курсантов-спортсменов свойственна средняя и высокая степень выраженности лидерских качеств, меньшинству – слабая степень и диктаторство (табл. 1) [2, с. 14].

Таблица 1

Степень выраженности лидерских качеств

Группа испытуемых	Низкая		Средняя		Высокая		Очень высокая (диктатор)	
	Респ.	%	Респ.	%	Респ.	%	Респ.	%
Группа А	6	24	10	40	8	32	1	4

Так, результаты диагностики показали, что у 40 % спортсменов группы А средняя степень выраженности лидерских качеств. Они способны брать на себя ответственность, знают, как повлиять на группу, но не всегда справляются с этой задачей, обладают критическим мышлением и высокой саморегуляцией, требовательны к себе. Низкая степень выраженности лидерских качеств отмечается у 24 % курсантов. Они теряются в стрессовых ситуациях, перекалывают ответственность на других, привыкли действовать привычным и знакомым для них способом, выбирают следовать за другими. Однако большинству участников присущи активная позиция и стремление к лидерству. Высокий показатель наблюдается у 32 %, а лидерство, склонное к диктату, – у 4 %. Для лиц с высокими показателями в большей степени характерны активная мотивация на улучшение результата, способность влиять на окружающих. Участникам, склонным к диктату, присущи грубость, иногда высокомерность, неспособность уступать в споре, переоценка собственных возможностей.

Похожая тенденция была выявлена в группе В: 32 % – средняя степень выраженности лидерских качеств, 16 % – низкая, 48 % – высокая, 4 % – лидерство, склонное к диктату.

По методике С. С. Степанова «Потенциал лидера» были получены следующие результаты.

Было установлено, что у большинства курсантов группы А (16 %) есть склонность к управлению, смелость, инициативность. При этом отмечается и риск перехода к диктаторству. У 68 % уважение к авторитету не мешает иметь собственную точку зрения. Характерная роль исполнителя присуща 16 % респондентов (табл. 2).

Таблица 2

Уровень лидерского потенциала

Группа испытуемых	Более 100 баллов		От 50 до 100 баллов		Менее 50 баллов	
	Респ.	%	Респ.	%	Респ.	%
Группа А	4	16	17	68	4	16

В ходе исследования мы решили проследить, какие изменения произойдут, если в течение двух месяцев курсанты будут участвовать в программе по развитию лидерских качеств.

В группе А в течение двух месяцев эксперимента выполнялись упражнения, подобранные психологом при помощи интернет-ресурса «УПРАЖНЕНИЕ%ИГРА» (URL: https://vk.com/uprazhnenie_igra).

Первое занятие было посвящено развитию мотивации на успех и предполагало упражнение С. Галицкой «Будь уверен», где участники могли проработать свои опасения, найти сильные стороны. Это упражнение помогает выявить внутренний потенциал и сильные качества личности, и уже с опорой на них разработать стратегию поведения. Участники смогли составить сравнительную таблицу симптомов неуверенности и уверенности, что стало отправной точкой для дальнейшей работы.

На втором занятии была проведена дискуссия «Кто такой лидер». Участники разобрали вопрос о том, присущи ли спортсменам лидерские способности от рождения или их можно развить. На встречу были приглашены выпускники Академии, которые добились выдающихся результатов в спорте. Профессиональные спортсмены поделились своим опытом

и историей успеха. Каждый участник дискуссии определил, каким он видит образ лидера-спортсмена, предложил путь формирования лидерских качеств.

На третьем занятии курсанты посмотрели фильм «Чемпионы: быстрее, выше, сильнее» с последующим обсуждением личностных качеств главных героев.

На четвертом занятии выполнялось упражнение «Всеобщее внимание». Курсантам предлагалась одна задача, для выполнения которой нужно было исключить физические действия и устные объяснения, но при этом привлечь внимание окружающих. Задача усложнялась тем, что одновременно ее выполняли все участники. Участники учились проявлять индивидуальность, заинтересовывать окружающих и действовать в ситуации неопределенности.

На пятом занятии было разобрано упражнение С. Галицкой «Купил мужик лошадь». Оно включало в себя работу по поиску самостоятельного решения и убеждению коллектива. Упор был сделан на формировании авторитетной позиции в группе. Несмотря на то что работа проводилась со спортсменами индивидуальных видов спорта, им не менее важно уметь влиять на окружающих. Также в ходе занятия определялись неформальный лидер, активисты группы.

На шестом занятии выполнялось упражнение «Воздушный шар», где целью было определить человека, способного повести за собой команду, и понаблюдать, как внеплановые ситуации могут повлиять на уверенность участников. Часто в жизни спортсмена бывают обстоятельства, в которых нужно действовать быстро и безошибочно, именно эти способности развивает данное упражнение.

Проделанная работа доказала, что в экспериментальной группе произошли положительные изменения в сторону развития уровня лидерских способностей (табл. 3). Данные изменения включают в себя высокий уровень мотивации, стрессоустойчивости, самоконтроль, адекватную самооценку, решительность.

Таблица 3

Степень выраженности лидерских качеств

Группа испытуемых	Низкая		Средняя		Высокая		Очень высокая (диктатор)	
	Респ.	%	Респ.	%	Респ.	%	Респ.	%
Группа А	2	8	12	48	10	40	1	4

Таблица 4

Уровень лидерского потенциала

Группа испытуемых	Более 100 баллов		От 50 до 100 баллов		Менее 50 баллов	
	Респ.	%	Респ.	%	Респ.	%
Группа А	3	12	18	72	4	16

Мы предположили, что разработанная нами программа положительно повлияла на развитие лидерских качеств экспериментальной группы А. Таким образом, гипотеза нашего исследования подтвердилась.

В продолжение исследования планируется апробировать программу психологического сопровождения развития профессионально значимых лидерских качеств у курсантов-спортсменов.

В результате исследования лидерских качеств спортсменов Академии ФСИН России было выявлено, что у большинства они развиты на среднем и высоком уровне. Однако работа с лидерством как характеристикой спортсменов не должна прекращаться, следует предлагать новые способы для его формирования. Комплекс отдельных психологических упражнений в экспериментальной группе А помог повысить мотивацию спортсменов к успе-

ху, уверенность в себе. У респондентов отмечались склонность к управлению, смелость, инициативность. Тренерам также рекомендуется владеть психологическим инструментарием, чтобы выявлять сильные стороны воспитанников, содействовать формированию у них лидерского потенциала. Это положительно скажется на результативности тренировок и соревнований.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Лидерский потенциал спортсменов индивидуальных видов спорта / Е. В. Каргаполова, Ю. В. Бажданова, О. П. Кокоулина, Ю. А. Давыдова // Перспективы науки и образования. 2022. № 3 (57). С. 507–522.
2. Литвинова К. В. Психологические условия развития профессионально значимых лидерских качеств аспирантов – будущих преподавателей вуза : автореф. ... дис. канд. психол. наук. Ставрополь, 2014. 28 с.
3. Мартынова Н. М. К вопросу о формировании лидерских качеств курсантов образовательных организаций федеральной службы исполнения наказаний: теоретический обзор научной литературы // Мир науки. Педагогика и психология. 2021. Т. 9, № 6. С. 1–9.
4. Ермолов Е. М. Становление и развитие качеств лидера воинского коллектива у кадет и суворовцев : дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2015. 192 с.
5. Изучение взаимосвязи адаптационного потенциала и физической работоспособности / А. Л. Похачевский, С. П. Бодько, Д. А. Фалеев [и др.] // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2015. № 4 (122). С. 159–164.

REFERENCES

1. Kargapolova E.V., Bazhdanova Yu.V., Kokoulina O.P. et al. Leadership potential of individual-sports athletes. *Perspektivy nauki i obrazovaniya = Perspectives of Science and Education*, 2022, no. 3 (57), pp. 507–522. (In Russ.).
2. Litvinova K.V. *Psikhologicheskie usloviya razvitiya professional'no znachimyykh lideriskikh kachestv aspirantov – budushchikh prepodavatelei vuza: avtoref. ... dis. kand. psikhol. nauk* [Psychological conditions for the development of professionally significant leadership qualities of graduate students – future university teachers: Candidate of Sciences dissertation abstract]. Stavropol, 2014. Pp. 1–28.
3. Martynova N.M. On the issue of the formation of leadership qualities of cadets of educational organizations of the Federal Penitentiary Service: theoretical review of scientific literature. *Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya = World of Science. Pedagogy and Psychology*, 2021, vol. 9, no. 6, pp. 1–9. (In Russ.).
4. Ermolov E.M. *Stanovlenie i razvitie kachestv lidera voinskogo kollektiva u kadet i suvorovtsev: dis. ... kand. ped. nauk* [Formation and development of the qualities of a leader of a military team among cadets and the Suvorovtsei: Candidate of Sciences (Pedagogy) dissertation]. Saint Petersburg, 2015. 192 p.
5. Pokhachevskii A.L., Bod'ko S.P., Faleev D.A. et al. Study of interrelation between the adaptive capacity and physical efficiency. *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta = Scientific Notes of the P.F. Lesgaft University*, 2015, no. 4(122), pp. 159–164. (In Russ.).

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ

СЕРГЕЙ СЕРГЕЕВИЧ ССОРИН – доцент кафедры физической подготовки и спорта Академии ФСИН России, Рязань, Россия, ssorin@list.ru

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

SERGEY S. SSORIN – associate professor at the Department of Physical Training and Sports of the Academy of the FPS of Russia, Ryazan, Russia, ssorin@list.ru

Статья поступила 15.07.2024