

Секция «Психология»

Копинг-ресурсы юношей-футболистов

Колпаков Ярослав Витальевич

Кандидат наук

ГОУ ВПО МГМСУ, Факультет клинической психологии, Москва, Россия

E-mail: kolpakov\_jv@mail.ru

Государство всё больше внимание уделяет формированию здорового образа жизни среди детей и молодёжи, в то же время Россия готовится принимать Чемпионат мира по футболу в 2018 г. [1-3]. В связи с этим всё большую актуальность приобретают исследования в области психологии спорта. Нами проведено исследование копинг-ресурсов (общей самооффективности, самооценки и восприятия социальной поддержки) у юношей-футболистов [6]. Были обследованы 15 юношей в возрасте 14-16 лет ( $14,6 \pm 0,9$  года), учащихся ДЮСШ г. Москвы по направлению «футбол» в течение последних 3 лет ( $2,1 \pm 0,4$  года) в качестве основной группы, и 15 юношей того же возраста ( $14,3 \pm 1,1$  года) из средней популяции г. Москвы, не занимающихся никаким видом спорта в качестве контрольной группы. Значимых различий между группами не выявлено. Использовались следующие психодиагностические методики. «Шкала общей самооффективности» (GSES) Р. Шварцера и М. Ерусалема в русскоязычной адаптации В.Г. Ромека (1996) [7], «Многомерная шкала восприятия социальной поддержки» (MSPSS) Дж. Зиммета в русскоязычной адаптации Н.А. Сирота и В.М. Ялтонского (1994-1995) [6, 8] и «Шкалы самооценки» Т.В. Дембо-С.Я. Рубинштейн [4]. Статистическая обработка проводилась с использованием программы SPSS 15 2008 SPSS Inc. Применялись процедуры дескриптивного анализа, анализа нормальности распределений по критерию Z Колмогорова-Смирнова, анализа значимости различий по критерию U Манна-Уитни и корреляционного анализа с использованием непараметрического коэффициента R Спирмена. Достоверность определялась на уровне  $p < 0,05$ . Было выявлено, что лишь по одному показателю исследуемые группы достоверно различаются. Самооценка по шкале «Счастье» у юношей-футболистов была достоверно выше –  $8,25 \pm 2,58$  балла ( $SE = 0,62$  балла), чем у юношей из контрольной группы –  $6,00 \pm 3,05$  балла ( $SE = 0,79$  балла) –  $p = 0,033$  ( $U = 66,500$ ;  $Z = -2,150$ ). Однако, были выявлены очень интересные корреляционные связи. Так, общая самооффективность у юношей-футболистов положительно коррелировала с самооценкой красоты ( $R = +0,583$ ;  $p = 0,018$ ), ума ( $R = +0,537$ ;  $p = 0,032$ ), силы ( $R = +0,613$ ;  $p = 0,012$ ) и здоровья ( $R = +0,705$ ;  $p = 0,002$ ). В контрольной группе юношей общая самооэффективность положительно коррелировала с самооценкой счастья ( $R = +0,743$ ;  $p = 0,002$ ). При этом в обеих группах не выявлено ни одной корреляционной связи показателей восприятия социальной поддержки с общей самооэффективностью и показателями самооценки. Полученные данные в целом говорят о том, что длительное участие в спортивных играх, носящих с одной стороны состязательный характер, а с другой – требующих навыков сплочения и командной игры, - влияют на систему ресурсов совладающего со стрессом (копинг) поведения у юношей. Это свидетельствует о необходимости дальнейшего изучения психологии футбола как игры, возможно способствующей формированию более здорового образа жизни у молодёжи, нежели другие виды альтернативной активности в свободное время.

Литература

*Конференция «Ломоносов 2011»*

1. Бюджет человеческого капитала // Российская газета - Федеральный выпуск №5390 (14) от 26 января 2011 г.
2. Время пошло // Российская газета - Столичный выпуск №5353 (274) от 3 декабря 2010 г.
3. Послание Президента РФ Дмитрия Медведева Федеральному Собранию Российской Федерации // Российская газета - Федеральный выпуск №5350 (271) от 1 декабря 2010 г.
4. Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии. - М.: Эксмо-Пресс, 1999.
5. Сирота Н.А. Копинг-поведение в подростковом возрасте: Дисс. ... д-ра мед. наук. - СПб., 1994.
6. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Профилактика наркомании и алкоголизма. Учебное пособие. 5-е изд. стер. - М.: Академия, 2009.
7. Шварцер Р., Ерусалем М., Ромек В. Русская версия шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема // Иностранная психология. - №7. - 1996.
8. Ялтонский В.М. Копинг-поведение здоровых и больных наркоманией: Дисс. ... д-ра мед. наук. - СПб., 1995.