

Научная статья
УДК 159.9.07:796
<https://doi.org/10.24158/spp.2022.7.12>

Копинг-стратегии студентов-спортсменов командных видов спорта с разным типом психической надежности

Яна Сергеевна Сунцова

Удмуртский государственный университет, Ижевск, Россия, suntsova_yana@mail.ru

Аннотация. Статья посвящена изучению копинг-стратегий спортсменов, занимающихся баскетболом, волейболом и футболом в сборных университетских командах и имеющих разный тип психической надежности. В ходе исследования выделено три группы испытуемых, отличающиеся по выраженности мотивационного, регуляционного и эмоционального компонентов психической надежности у студентов-спортсменов; исследованы когнитивные, эмоциональные и поведенческие копинг-стратегии респондентов. Установлено, что субъекты с низкой психической надежностью нуждаются в информационной и эмоциональной поддержке, подвержены влиянию эмоционального возбуждения, неожиданные раздражители сбивают их настрой, эмоции оказывают отрицательное влияние на эффективность их деятельности. Студенты-спортсмены с мотивационно-эмоциональным типом психической надежности чаще и продуктивнее, чем другие группы испытуемых, используют когнитивные копинг-стратегии, для них характерна выраженная мотивация на занятия спортивной деятельностью, низкий уровень возбудимости, эмоции не оказывают отрицательного влияния на эффективность их деятельности. Студенты-спортсмены с регулятивным типом психической надежности по используемым копинг-стратегиям от представителей других групп не отличаются, способны к саморегуляции, осознанию и оценке своего эмоционального состояния, влияния на него посредством словесных самоприказов, могут легко перестраиваться в ходе спортивной борьбы.

Ключевые слова: копинг-стратегии, психическая надежность, студенты-спортсмены командных видов спорта

Для цитирования: Сунцова Я.С. Копинг-стратегии студентов-спортсменов командных видов спорта с разным типом психической надежности // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 7. С. 89–94. <https://doi.org/10.24158/spp.2022.7.12>.

Original article

Coping Strategies of Students-Athletes of Team Sports with Different Types of Mental Reliability

Yana S. Suntsova

Udmurt State University, Izhevsk, Russia, suntsova_yana@mail.ru

Abstract. The article reveals the problems of the study of coping strategies of athletes involved in basketball, volleyball and football in university teams and having different types of mental reliability. In the course of the study, three groups of test subjects were identified, differing in the severity of motivational, regulatory and emotional components of mental reliability in students-athletes; cognitive, emotional and behavioral coping strategies of respondents were investigated. It has been established that test subjects with low mental reliability need information and emotional support, are affected by emotional excitation, unexpected stimuli knock down their mood, emotions have a negative impact on the effectiveness of their activities. Students-athletes with a motivational-emotional type of mental reliability use cognitive coping strategies more often and more productively than other groups of test subjects, they are characterized by a pronounced motivation to engage in sports activities, a low level of excitability, emotions do not negatively affect the effectiveness of their activities. Students-athletes with a regulatory type of mental reliability according to the coping strategies used do not differ from representatives of other groups, are capable of self-regulation, awareness and assessment of their emotional state, influence on it through verbal self-expressions, can easily be rebuilt during wrestling.

Keywords: coping strategies, mental reliability, students-athletes of team sports

For citation: Suntsova, Ya.S. (2022) Coping Strategies of Students-Athletes of Team Sports with Different Types of Mental Reliability // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 7. С. 89–94. <https://doi.org/10.24158/spp.2022.7.12>.

Введение. Успех в спортивной деятельности и преодоление трудностей, с которыми сопряжено для индивида достижение намеченных целей, является чрезвычайно актуальной проблемой для психологии. Профессиональная спортивная деятельность – это тяжелый многолетний труд, который требует от человека полной отдачи. Далекое не у всех людей, выбирающих

спортивную карьеру, получается добиться тех результатов, к которым они стремятся. На пути к успеху возникают трудные ситуации, которые всячески испытывают спортсменов на прочность и пытаются сломить его. Однако индивид способен бороться с предстартовой тревогой и психоэмоциональным напряжением целенаправленно. В психологии для обозначения сознательных усилий личности по совладанию со стрессами и тревожными состояниями используется понятие копинг-стратегий. Значительный вклад в его разработку в рамках современной спортивной психологии внесли такие ученые, как А.Н. Гарбер (2015), Н.О. Белорукова и др. (Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы ..., 2008), Ж.А. Кижнерова (2013), С.К. Нартова-Бочавер (1997), Т.Л. Крюкова (2004), Н.Г. Самойлов (2011), Р. Лазарус (Lazarus, 1991).

Спортсмены в зависимости от уровня профессиональной подготовки, индивидуально-психологических качеств, а также знаний, умений и навыков по-разному показывают себя на чемпионатах, матчах, состязаниях. В.Э. Мильман¹ отмечал, что стабильно и эффективно выступать на ответственных соревнованиях в течение определенного времени позволяет свойство личности, которое называется психическая надежность. С позиции А.Л. Попова² оно представляет собой одну из самых существенных характеристик спортсмена высокого класса.

Изучению психической надежности посвящены работы следующих ученых: И.В. Демин исследовал социально-психологические условия надежности малых спортивных групп (Демин, Королёв, 2016; Демин, 2016); А.Т. Каландия определил психологические аспекты надежности спортсменов в период подготовки к Олимпийским играм (Каландия, 2010); Р.К. Малинаускас выявил особенности психической надежности баскетболистов (Малинаускас, Брусокас, 2010); К.С. Меньшикова отмечала, что психическая надежность спортсменов является одним из наиболее важных вопросов теории и методики спортивной тренировки (Меньшикова, 2016); М.В. Пасикова изучала психическую надежность пауэрлифтеров (Пасикова, 2017); В.А. Плахтиенко рассматривал теорию надежности в спорте как метанауку (Плахтиенко, 1983); И.Г. Рощин выявил факторы, определяющие психическую надежность спортсмена (Рощин, 2012); по В.В. Ильиченко (Ильченко, Афанасьева, 2013), ключевую роль в обеспечении психической надежности спортсменов играют личностные особенности; В.А. Качанова, Ю.М. Босенко изучили особенности взаимосвязи психической надежности и экзистенциальной мотивации у спортсменов-гимнастов (Качанова, Босенко, 2018); В.В. Маркелов, Ю.Ф. Подлипняк анализировали особенности детерминации психической надежности соревновательной деятельности (Маркелов, Подлипняк, 2018).

Е.А. Калинин придерживался идеи о том, что психическая надежность спортсмена включает четыре взаимосвязанных компонента: мотивационный – показатели мотивационных установок; рефлексивный – показатели самоконтроля и саморегуляции; эмоциональный – характеристики эмоционального состояния и его стабильности; сенсомоторный – показатели сенсомоторики и внимания (Калинин, 1973). В данной работе психическая надежность спортсмена рассматривается как совокупность компонентов, универсальных для всех видов спортивной деятельности: мотивационного, регуляторного (рефлексивного – по Е.А. Калинин) и эмоционального (Калинин, 1973).

С целью операционализации выделенных компонентов психической надежности были подобраны методики, применение которых позволило реализовать цель исследования – изучение копинг-стратегий студентов-спортсменов командных видов спорта с разным типом психической надежности.

Методы и методики исследования. В исследовании приняли участие студенты-спортсмены, занимающиеся баскетболом, волейболом и футболом в составе сборных команд университетов Удмуртской республики, имеющие высокие достижения в спортивной деятельности. Численность выборки составила 60 человек (баскетболисты – 19, волейболисты – 26, футболисты – 15) в возрасте 18–23 лет (среднее значение – 20,5 лет). Девушки составили 33 человека из всех испытуемых, юноши – 27.

Для определения выраженности показателей психической надежности применялись методики В.Э. Мильмана «Психическая надежность», А. Уэссмана и Д. Рикса «Самооценка эмоциональных состояний», Е.П. Ильина «Характеристика эмоциональности». Используемые студентами-спортсменами копинг-стратегии обнаруживались по методикам Р. Лазаруса, С. Фолкмана в адаптации Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой «Способы совладающего поведения», Э. Хайма «Диагностика копинг-стратегий».

Результаты исследования обрабатывались методами математической статистики: методы описательной статистики (среднее арифметическое), кластерный анализ (иерархическая кластеризация и метод k-средних), U-критерий Манна – Уитни.

¹ Мильман В.Э. Метод изучения мотивационной сферы личности // Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. М., 1990. С. 23–43.

² Попов А.Л. Спортивная психология : учебное пособие для спортивных вузов. М., 2019. 159 с.

Результаты исследования и их обсуждение. На первом этапе работы проводилось тестирование студентов-спортсменов с целью изучения их психической надежности. Для определения групп испытуемых, отличающихся по выраженности компонентов психической надежности (мотивационного, регуляторного, эмоционального), проведена кластеризация данных, использован их иерархический анализ (табл. 1). Выявлено три группы испытуемых: первая включала 12 респондентов; вторая – 28; третья – 20.

Таблица 1 – Уровень выраженности показателей психической надежности у студентов-спортсменов трех групп¹

Показатели (компоненты) психической надежности	Среднее значение (уровень выраженности)		
	первая группа	вторая группа	третья группа
Соревновательная эмоциональная устойчивость (ЭКПН)	– 6,75 (низ. ур.)	– 2,67 (сред. ур.)	– 3,7 (сред. ур.)
Саморегуляция (РКПН)	– 2,16 (низ. ур.)	– 0,39 (сред. ур.)	1,15 (выс. ур.)
Мотивационная сфера (МКПН)	1,58 (сред. ур.)	2,32 (сред. ур.)	– 0,25 (низ. ур.)
Стабильность и помехоустойчивость (РКПН)	– 3,25 (низ. ур.)	– 1,67 (сред. ур.)	– 2,45 (сред. ур.)
Самочувствие и эмоциональное состояние (ЭКПН)	20,75 (сред. ур.)	29,42 (выс. ур.)	23,5 (сред. ур.)
Эмоциональная возбудимость (ЭКПН)	4,33 (сред. ур.)	2,82 (сред. ур.)	4 (сред. ур.)
Интенсивность эмоций (ЭКПН)	6,66 (выс. ур.)	4,67 (сред. ур.)	5,65 (сред. ур.)
Длительность эмоций (ЭКПН)	4,08 (выс. ур.)	2,28 (сред. ур.)	2,85 (сред. ур.)
Отрицательное влияние эмоций на эффективность деятельности и общения (ЭКПН)	4,66 (выс. ур.)	2,53 (низ. ур.)	3,85 (сред. ур.)

Результаты U-критерия Манна – Уитни доказывают наличие достоверных различий в средних значениях по восьми показателям психической надежности студентов-спортсменов первой и второй групп. Установлено, что у испытуемых второй группы выше показатели соревновательной эмоциональной устойчивости ($U = 31,000$; $p = 0,0001$), саморегуляции ($U = 96,000$; $p = 0,033$), стабильности и помехоустойчивости ($U = 86,000$; $p = 0,015$); респонденты достоверно выше оценивают своё самочувствие и эмоциональное состояние ($U = 4,000$; $p = 0,0001$); у них ниже уровень эмоциональной возбудимости ($U = 88,000$; $p = 0,017$), интенсивности ($U = 55,500$; $p = 0,001$) и длительности эмоций ($U = 63,500$; $p = 0,001$), которые не оказывают отрицательного влияния на эффективность деятельности и общения испытуемых ($U = 63,000$; $p = 0,001$).

Между студентами-спортсменами второй и третьей групп выявлены достоверные различия в выраженности пяти показателей психической надежности. Способность к саморегуляции достоверно выше у испытуемых третьей группы ($U = 173,000$; $p = 0,024$), мотивация к спортивной деятельности – у респондентов второй группы ($U = 133,000$; $p = 0,002$). Студенты-спортсмены второй группы достоверно выше оценивают своё самочувствие и эмоциональное состояние ($U = 4,500$; $p = 0,0001$); у них ниже интенсивность эмоций ($U = 192,000$; $p = 0,05$), которые не оказывают отрицательного влияния на эффективность деятельности и общения ($U = 128,500$; $p = 0,001$).

Между студентами-спортсменами первой и третьей групп выявлены достоверные различия в выраженности пяти показателей психической надежности: значения соревновательной эмоциональной устойчивости ($U = 41,500$; $p = 0,001$), саморегуляции ($U = 36,000$; $p = 0,001$) являются более высокими у испытуемых третьей группы, которые оценивают свое самочувствие и эмоциональное состояние ($U = 60,500$; $p = 0,019$) выше, чем респонденты первой группы; у них достоверно ниже интенсивность ($U = 70,500$; $p = 0,053$) и длительность эмоций ($U = 61,500$; $p = 0,021$).

По результатам исследования первая группа студентов-спортсменов была названа «студенты-спортсмены с низкой психической надежностью», вторая – «студенты-спортсмены с мотивационно-эмоциональным типом психической надежности», третья – «студенты-спортсмены с регулятивным типом психической надежности».

На следующем этапе исследования нами были изучены копинг-стратегии респондентов всех трех групп (табл. 2).

¹ ЭКПН – эмоциональный компонент, МКПН – мотивационный компонент, РКПН – регуляторный компонент.

Таблица 2 – Уровень выраженности копинг-стратегий студентов-спортсменов трех групп

Копинг-стратегии	Среднее значение (уровень выраженности; уровень продуктивности)		
	первая группа	вторая группа	третья группа
Конфронтация	6,91 (сред. ур.)	6,32 (сред. ур.)	5,95 (низ. ур.)
Дистанцирование	10,5 (сред. ур.)	9 (сред. ур.)	8,2 (сред. ур.)
Самоконтроль	12,58 (сред. ур.)	12,17 (сред. ур.)	12,5 (сред. ур.)
Поиск социальной поддержки	12 (сред. ур.)	9,64 (сред. ур.)	10,25 (сред. ур.)
Принятие ответственности	7,41 (сред. ур.)	6,85 (сред. ур.)	6,95 (сред. ур.)
Бегство – избегание	11,16 (сред. ур.)	8,85 (сред. ур.)	10,45 (сред. ур.)
Планирование решения проблемы	10,75 (сред. ур.)	11,39 (сред. ур.)	10,75 (сред. ур.)
Положительная переоценка	12,41 (сред. ур.)	11,75 (сред. ур.)	10,65 (сред. ур.)
Когнитивные копинг-стратегии	1,75 (относительно продуктивные)	2,35 (продуктивные)	2,05 (относительно продуктивные)
Эмоциональные копинг-стратегии	2,16 (относительно продуктивные)	2,71 (продуктивные)	2,15 (относительно продуктивные)
Поведенческие копинг-стратегии	2,08 (относительно продуктивные)	1,96 (относительно продуктивные)	1,9 (относительно продуктивные)
Интегральный показатель продуктивности копинг-стратегий	6 (относительно продуктивный уровень)	7,03 (продуктивный уровень)	6,1 (продуктивный уровень)

Между студентами-спортсменами первой и второй групп выявлены достоверные различия в выраженности трех показателей копинг-стратегий: поиск социальной поддержки ($U = 85,000$; $p = 0,013$), когнитивные копинг-стратегии ($U = 86,000$; $p = 0,015$), интегральный показатель продуктивности копинг-стратегий ($U = 101,500$; $p = 0,049$). Студенты-спортсмены первой группы чаще, чем представители второй, испытывают потребность в информационной, действенной и эмоциональной поддержке в трудных ситуациях. У испытуемых второй группы копинг-стратегии более продуктивны, в том числе когнитивные. Студенты-спортсмены с низкой психической надежностью используют относительно продуктивные копинг-стратегии, помогающие им лишь в определенных ситуациях, как правило, не имеющих для них особого значения либо при незначительном стрессе, а испытуемые с мотивационно-эмоциональным типом психической надежности – продуктивные копинг-стратегии, помогающие им быстро и эффективно совладать со стрессом в предсоревновательный и соревновательный периоды.

Между студентами-спортсменами второй и третьей групп выявлены различия по использованию когнитивных копинг-стратегий ($U = 199,000$; $p = 0,028$). Респонденты третьей группы отдают предпочтения относительно продуктивным копинг-стратегиям, помогающим им лишь в некоторых ситуациях, а студенты-спортсмены второй группы – продуктивным копинг-стратегиям, обеспечивающим нивелирование стрессового состояния достаточно быстро и эффективно.

Обнаружены также различия по использованию испытуемыми эмоциональных копинг-стратегий ($U = 177,500$; $p = 0,01$). Представители третьей группы актуализируют относительно продуктивные эмоциональные копинг-стратегии, второй – продуктивные эмоциональные копинг-стратегии. Интегральный показатель продуктивности копинг-стратегий у студентов-спортсменов с мотивационно-эмоциональным типом психической надежности достоверно выше ($U = 181,500$; $p = 0,034$), чем у респондентов с регулятивным типом психической надежности.

Между испытуемыми первой и третьей групп выявлено достоверное различие по выраженности копинг-стратегии «поиск социальной поддержки» ($U = 64,500$; $p = 0,029$). Студенты-спортсмены с низкой психической надежностью чаще, чем респонденты с регулятивным ее типом нуждаются в информационной, действенной и эмоциональной поддержке в трудных ситуациях.

Выводы

1. Выявлено три группы студентов-спортсменов, отличающихся по выраженности показателей психической надежности. Респонденты с низким ее уровнем подвержены влиянию предсоревновательного и соревновательного эмоционального возбуждения, недостаточно уверены в

своих силах, для них характерны резкие колебания в технике и спортивной форме, неожиданные раздражители способны сбить настрой спортсменов, они с трудом влияют на свое эмоциональное состояние, имеют высокий уровень интенсивности и длительности эмоций, которые оказывают отрицательное влияние на эффективность их деятельности. У студентов-спортсменов с мотивационно-эмоциональным типом психической надежности выражена мотивация к занятиям спортивной деятельностью, ниже уровень эмоциональной возбудимости, интенсивности и длительности эмоций, которые не оказывают отрицательного влияния на эффективность их деятельности. Студенты-спортсмены с регулятивным типом психической надежности не подвержены влиянию предсоревновательного и соревновательного эмоционального возбуждения, имеют высокий уровень способностей к саморегуляции, способны осознавать и производить оценку своего эмоционального состояния, управлять своим состоянием посредством самоприказов, умеют перестраиваться в ходе спортивной борьбы.

2. В ходе исследования копинг-стратегий студентов-спортсменов трех групп были получены следующие результаты. Респонденты с низкой психической надежностью чаще, чем другие используют стратегию «поиск социальной поддержки», нуждаются в информационной, действенной и эмоциональной поддержке в трудных ситуациях. Студенты-спортсмены с мотивационно-эмоциональным типом психической надежности чаще, чем другие используют когнитивные копинг-стратегии («проблемный анализ», «сохранение самообладания», «придание смысла»), характеризуются более высоким уровнем их продуктивности. Студенты-спортсмены с регулятивным типом психической надежности от представителей других групп по используемым копинг-стратегиям достоверно не отличаются.

Обобщая результаты эмпирического исследования, отметим, что полученные в ходе его реализации результаты дают новые возможности для психокоррекционной работы со студентами-спортсменами, могут быть использованы спортивными психологами и тренерами при психологической подготовке их подопечных к соревнованиям. В ходе исследования описаны основные показатели психической надежности студентов-спортсменов, выявлены копинг-стратегии, используемые студентами-спортсменами с разным типом психической надежности.

Список источников:

- Гарбер А.Н. Совладающее поведение: аналитический обзор зарубежных исследований // Актуальные вопросы современной психологии. Челябинск, 2015. С. 17–19.
- Демин И.В. Исследование социально-психологических условий надежности малых спортивных групп отечественными психологами: теоретический аспект // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2016. № 2 (38). С. 187–194.
- Демин И.В., Королёв А.И. Надежность, организованность, и субъектность малой группы в условиях современной спортивной деятельности // Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта в современных условиях. 2016. № 1. С. 128–135.
- Ильченко В.В., Афанасьева Ю.А. Роль личностных особенностей в психической надежности спортсменов // Вестник Северо-Осетинского государственного университета имени К.Л. Хетагурова. 2013. № 1. С. 77–81.
- Каландия А.Т. Психологические аспекты надежности спортсменов в период подготовки к олимпийским играм // Вестник университета Российской академии образования. 2010. № 1. С. 112–118.
- Калинин Е.А. Экспериментально-психологическое исследование мотивации и тревожности у спортсменов // Вопросы спортивной психогигиены. Вып. 2. М., 1973. С. 15–20.
- Качанова В.А., Босенко Ю.М. Особенности взаимосвязи психической надежности и экзистенциальной мотивации у спортсменов-гимнастов // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. Краснодар, 2018. С. 108–110.
- Кижнерова Ж.А. Психологические особенности спортсменов как факторы их профессионального успеха // Психология в экономике и управлении. 2013. № 2. С. 119–122.
- Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. Кострома, 2004. 343 с.
- Малинаускас Р.К., Брусокас А.Р. Особенности психической надежности баскетболистов различной квалификации // Физическое воспитание студентов. 2010. № 1. С. 80–82.
- Маркелов В.В., Подлипняк Ю.Ф. Особенности детерминации психической надежности в спорте // Вестник экономической безопасности. 2018. № 4. С. 289–293. <https://doi.org/10.24411/2414-3995-2018-10057>
- Меньшикова К.С. Теория надежности как один из важнейших вопросов теории и методики спортивной тренировки // Эпоха науки. 2016. № 5. С. 122–125.
- Нартова-Бочавер С.К. «Copingbehavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. 1997. Т. 18, № 5. С. 20–30.
- Пасикова М.В. К вопросу о психической надежности пауэрлифтеров // Инновационное развитие. 2017. № 1 (6). С. 15–16.
- Плахтиенко В.А. Надежность в спорте. М., 1983. 176 с.
- Рощин И.Г. Психическая надежность и факторы, определяющие ее в деятельности спортсмена // Слобожанський науково-спортивний вісник. 2012. № 2 (30). С. 190–193.
- Самойлов Н.Г. Факторы, влияющие на успешность деятельности спортсменов в экстремальных ситуациях // Слобожанський науково-спортивний вісник. 2011. № 3 (27). С. 158–162.
- Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы / Н.О. Белорукова [и др.]. М., 2008. 474 с.
- Lazarus R. Emotion and Adaptation. N. Y., 1991. 557 p.

References:

- Belorukova, N. O., Biletskaya, M. P., Bodrov, V. A., Vetrova, I. I., Vilenskaya, G. A. & Golubeva, M. S. et al. (2008) *Sovladayushchee povedenie. Sovremennoe sostoyanie i perspektivy* [Coping Behavior. Current State and Prospects]. Moscow. 474 p. (in Russian).
- Demin, I. V. & Korolev, A. I. (2016) Nadezhnost', organizovannost', i sub'ektnost' maloi gruppy v usloviyakh sovremennoi sportivnoi deyatel'nosti [Reliability, Organization, and Subjectivity of a Small Group in the Conditions of Modern Sports Activity]. *Aktual'nye problemy razvitiya fizicheskoi kul'tury i sporta v sovremennykh usloviyakh*. (1), 128–135 (in Russian).
- Demin, I. V. (2016) Issledovanie sotsial'no-psikhologicheskikh uslovii nadezhnosti malyykh sportivnykh grupp otechestvennymi psikhologami: teoreticheskii aspekt [Investigation of Socio-Psychological Conditions of Reliability of Small Sports Groups by Domestic Psychologists: Theoretical Aspect]. *Uchenye zapiski. Elektronnyi nauchnyi zhurnal Kurskogo gosudarstvennogo universiteta*. (2 (38)), 187–194 (in Russian).
- Garber, A. N. (2015) Sovladayushchee povedenie: analiticheskii obzor zarubezhnykh issledovaniy [Coping Behavior: Analytical Review of Foreign Studies]. In: *Aktual'nye voprosy sovremennoi psikhologii*. Chelyabinsk, pp. 17–19 (in Russian).
- Ilchenko, V. V. & Afanaseva, J. A. (2013) The Role of Personal Traits in Mental Reliability of Sportsmen. *Vestnik Severo-Osetinskogo gosudarstvennogo universiteta imeni K.L. Khetagurova*. (1), 77–81 (in Russian).
- Kachanova, V. A. & Bosenko, Yu. M. (2018) Osobennosti vzaimosvyazi psikhicheskoi nadezhnosti i ekzistentsial'noi motivatsii u sportsmenov-gimnastov [Features of the Relationship between Mental Reliability and Existential Motivation In Gymnasts]. In: *Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teoriya i praktika realizatsii*. Krasnodar, pp. 108–110 (in Russian).
- Kalandiya, A. T. (2010) Getting Ready for the Olympic Games: Psychological Aspects of Athletic Reliability. *Vestnik universiteta Rossiiskoi akademii obrazovaniya*. (1), 112–118 (in Russian).
- Kalinin, E. A. (1973) Eksperimental'no-psikhologicheskoe issledovanie motivatsii i trevozhnosti u sportsmenov [Experimental Psychological Study of Motivation and Anxiety in Athletes]. In: *Voprosy sportivnoi psikhogigieny*. Vol. 2. Moscow, pp. 15–20 (in Russian).
- Kizhnerova, Zh. A. (2013) Sportsmen Psychological Characteristics as Factors of Their Professional Success. *Psychology in Economics and Management*. (2), 119–122 (in Russian).
- Kryukova, T. L. (2004) *Psikhologiya sovladayushchego povedeniya* [Psychology of Coping Behavior]. Kostroma. 343 p. (in Russian).
- Lazarus, R. (1991) Emotion and Adaptation. New York. 557 p.
- Malinauskas, R. K. & Brusokas, A. R. (2010) Peculiarities of Psychical Stability Among Basketball Players of Different Performance Level. *Fizicheskoe vospitanie studentov*. (1), 80–82 (in Russian).
- Markelov, V. V. & Podlipnyak, Yu. F. (2018) Features of Determination of Reliability in Competitive Sports. *Vestnik ekonomicheskoi bezopasnosti*. (4), 289–293. Available from: doi:10.24411/2414-3995-2018-10057 (in Russian).
- Menshikova, K. S. (2016) Theory of Reliability as One of the Most Important Questions of the Theory and Technique of Sports Training. *Epokha nauki*. (5), 122–125 (in Russian).
- Nartova-Bochaver, S. K. (1997) «Copingbehavior» v sisteme ponyatii psikhologii lichnosti [«Coping behavior» in the System of Concepts of Personality Psychology]. *Psikhologicheskii zhurnal*. 18 (5), 20–30 (in Russian).
- Pasikova, M. V. (2017) On the Question about Mental Reliability Powerlifters. *Innovatsionnoe razvitie*. (1 (6)), 15–16 (in Russian).
- Plakhtienko, V. A. (1983) *Nadezhnost' v sporte* [Reliability in Sports]. Moscow. 176 p. (in Russian).
- Roshchin, I. G. (2012) Psikhicheskaya nadezhnost' i faktory, opredelyayushchie ee v deyatel'nosti sportsmena [Mental Reliability and Factors Determining it in the Athlete's Activity]. *Slobzhans'kii naukovno-sportivnii visnik*. (2 (30)), 190–193 (in Russian).
- Samoylov, N. G. (2011) Factors Influencing on Success of Activity of Sportsmen in Extreme Terms. *Slobzhans'kii naukovno-sportivnii visnik*. (3 (27)), 158–162 (in Russian).

Информация об авторах

Я.С. Сунцова – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей психологии Удмуртского государственного университета, Ижевск, Россия.

https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=771527.

Information about the authors

Ya.S. Suntsova – PhD in Psychology, Associate Professor of the Chair of General Psychology of Udmurt State University, Izhevsk, Russia.

https://www.elibrary.ru/author_items.asp?authorid=771527.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted 22.06.2022;
Одобрена после рецензирования / Approved after reviewing 14.07.2022;
Принята к публикации / Accepted for publication 26.07.2022.