

## АННОТАЦИЯ

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ СПОРТСМЕНОВ-ПЛОВЦОВ И ИХ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ НА СОРЕВНОВАНИЯХ:** аннотация к дипломной работе / Елизавета Эрнестовна Демьяненко; Факультет философии и социальных наук, Кафедра общей и медицинской психологии; науч. рук. О.Н. Аблековская.

**Объект** исследования – личностные особенности.

**Предмет** исследования – взаимосвязь личностных особенностей спортсменов и достигнутых ими результатов в соревнованиях.

**Цель исследования** – изучить характер взаимосвязи личностных особенностей спортсменов и достигнутых ими результатов в соревнованиях.

**Основные результаты.** Методы исследования: метод тестирования с использованием шкалы оценки уровня реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина, методики перцептивной оценки типа стрессоустойчивости, методики «Самооценка личности» О.И. Моткова в модификации Б.А. Сосновского, статистическая обработка данных.

В результате исследования, проведенного в рамках дипломной работы, установлены положительные и обратные взаимосвязи личностных особенностей спортсменов и достигнутых ими результатов в соревнованиях. Чем выше место, тем более высокие значения по таким факторам самооценки как самостоятельность и креативность, а также общей самооценке позитивных аспектов личности. Чем ниже результат на соревновании, тем выше показатели личностной тревожности. Часто встречающимся уровнем реактивной тревожности у спортсменов является как умеренный, так и высокий уровень реактивной тревожности, в то время как для личностной характерен скорее умеренный тип выраженности. Частым типом стрессоустойчивости спортсменов является тот, который свидетельствует о нередкой неустойчивости к стрессам (склонность к типу А). Также для спортсменов более характерны высокие значения по всем факторам самооценки (нравственность, воля, самостоятельность, креативность, гармоничность, экстраверсия), а также по общему уровню самооценки позитивных аспектов личности. Такие показатели самооценки стоит относить к высоким, что говорит об адекватной оценке себя.

Исследование расширило понимание связи между личностными особенностями пловцов и их результатами на соревнованиях. Сужение рамок исследования и фокус на конкретных аспектах личности позволили выявить роль тревожности, самооценки и стрессоустойчивости в спортивных достижениях.

Полученные результаты могут использоваться для оптимизации тренировок и повышения результативности пловцов. Тренеры, спортсмены и

спортивные психологи могут использовать эти результаты для адаптации программ тренировок, повышения уверенности и разработки эффективных стратегий преодоления трудностей.

**Ключевые слова:** ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ, СПОРТСМЕНЫ, СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ, ТРЕВОЖНОСТЬ, САМООЦЕНКА, РЕЗУЛЬТАТ НА СОРЕВНОВАНИЯХ.

## ANNOTATION

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE PERSONAL CHARACTERISTICS OF SWIMMERS AND THEIR RESULTS IN COMPETITIONS: annotation for thesis / Yelizaveta Ernestavna Dziamyanka; Faculty of Philosophy and Social Sciences, Department of General and Medical Psychology; scientific adviser O.N. Ablekovskaya

**Object** of research: personality traits.

**Subject** of research: the relationship between the personal characteristics of swimmers and their results in competitions.

**Purpose of research:** to study character of the relationship between the personality traits of athletes and the results achieved by them in competition.

**The results.** testing method with the use of C.D. Spielberger Reactive and Personality Anxiety Assessment Scale in adaptation by Y.L. Khanin, perceptual assessment method of stress tolerance type, O.I. Motkov's "Self-esteem of personality" method modified by B.A. Sosnovsky, statistical data processing.

As a result of the study conducted within the framework of the diploma work, positive and inverse correlations between personal features of athletes and the results achieved by them in competitions were established. The higher the place, the higher values for such self-esteem factors as autonomy and creativity, as well as general self-esteem of positive aspects of personality. The lower the result at the competition, the higher the values of personal anxiety. Both moderate and high levels of reactive anxiety are common in athletes, while personal anxiety is characterized by a rather moderate type of expression. A frequent type of stress tolerance in athletes is the one that indicates a not uncommon instability to stress (tendency to type A). Also athletes are more characterized by high values for all self-esteem factors (morality, will, independence, creativity, harmony, extraversion), as well as for the general level of self-esteem of positive aspects of personality. Such indicators of self-esteem should be considered high, which indicates an adequate assessment of oneself.

The study expanded the understanding of the relationship between the personal characteristics of swimmers and their results in competitions. Narrowing the scope of the study and focusing on specific aspects of personality allowed us to identify the role of anxiety, self-esteem and stress tolerance in sports achievements.

The results obtained can be used to optimize training and improve the performance of swimmers. Coaches, athletes, and sports psychologists can use these results to adapt training programs, increase confidence, and develop effective coping strategies.

**Keywords:** PERSONALITY TRAITS, ATHLETES, STRESS TOLERANCE, ANXIETY, SELF-ESTEEM, COMPETITION RESULT