

УДК 612.8

СКЛОННОСТЬ К РИСКУ КАК КРИТЕРИЙ СПОРТИВНОГО ОТБОРА**Ларин Н.А., Мирошникова С.С.***ФГБОУ ВО «Волгоградская государственная академия физической культуры», Волгоград,
e-mail: nlarin18@mail.ru*

В современной спортивной психологии и психофизиологии одно из важнейших мест занимает проблема субъективного риска, сознательного рискованного поведения спортсменов. В статье ходе анализа различных подходов дается определение понятию риск, уточняются факторы, определяющие специфику спортивной деятельности и лежащие в основе рискованного поведения, а также рассматривается взаимосвязь склонности к риску и таких явлений как психическая и психофизиологическая адаптация и дезадаптация спортсмена. Обосновывается необходимость использования склонности к необоснованному риску в качестве критерия спортивного отбора. Авторами приводятся основные психофизиологические параметры и нейродинамические свойства, определяющие уровень адаптации спортсменов и выступающие в качестве критериев предрасположенности к выбору рискованной модели поведения. Приведены результаты апробации психологических и психофизиологических методик диагностики склонности к риску и импульсивности и их взаимосвязи с характеристиками нервных процессов. Исследование индивидуально-психологических особенностей испытуемых проводилось с помощью опросника А.Г. Шмелева (оценка склонности к риску) и опросника В.А. Лосенкова (оценка импульсивности), далее эти данные были соотнесены с результатами диагностики силы нервных процессов путем теппинг-теста Е.П. Ильина. В конце статьи даются рекомендации по использованию данной информации при подготовке спортсменов с учетом их индивидуальных особенностей.

Ключевые слова: спортивный риск, адаптивность, нейродинамические свойства спортсмена**RISK TOLERANCE AS A CRITERION IN SPORTS SELECTION****Larin N.A., Miroshnikova S.S.***Volgograd State Physical Education Academy, Volgograd, e-mail: nlarin18@mail.ru*

In modern sports psychology and psychophysiology one of the most important places is the problem of subjective risk, conscious risky behavior of athletes. In the article the analysis of different approaches defines the concept of risk, specifies the factors that determine the specifics of sports activities and underlying risky behavior, and considers the relationship of risk appetite and phenomena such as mental and psychophysiological adaptation and disadaptation of the athlete. The necessity of using the propensity to unreasonable risk as a criterion of sports selection is substantiated. The authors present the main psychophysiological parameters and neurodynamic properties that determine the level of adaptation of athletes and act as criteria for predisposition to the choice of risky behavior. Results of testing of psychological and psychophysiological methods of diagnostics of propensity to risk and impulsivity and their interrelation with characteristics of nervous processes are given. The study of individual psychological characteristics of the subjects was carried out with the help of the questionnaire of Shmelev (assessment of the propensity to risk) and the questionnaire of V. A. Losenkov (assessment of impulsiveness). these data were correlated with the results of the diagnosis of nerve processes by tapping test. At the end of the article provides recommendations on the use of this information in the preparation of athletes, taking into account their individual characteristics.

Keywords: sports risk, adaptability, neurodynamic properties of an athlete

Неотъемлемой частью жизни любого спортсмена является риск. Современные социальные тенденции в мире, не могут не отражаться на системе спортивной подготовки и объективно приводят к расширению рискованного пространства, что влечет за собой увеличение тех последствий, которые будут значимыми для самого спортсмена. В этой связи исследование риска как феномена, являющегося атрибутом спортивной деятельности, имеют неоспоримое теоретическое и прикладное значение.

Как отмечал в своем исследовании Б.А. Вяткин, М.С. Ткачева значимость феномена риска, объясняется рядом факторов, определяющими специфику спортивной деятельности. К ним можно отнести: установкой на достижение высоких и наивысших (рекордных) результатов; систематически-

ми интенсивными и даже максимальными физическими усилиями, необычными для повседневной жизни и деятельности; регулярными психическими напряжениями очень высокой степени, обусловленными экстремальными условиями, в которых проходят спортивные соревнования; высокой возбудимостью и достаточной устойчивостью эмоционально-волевых процессов, направленных как на вызов действий, так и на сдерживание их [1, 2].

Понятие «риск» является одним из важнейших в характеристике любой деятельности человека, в том числе и спортивной, в которой человек выступает как субъект принятия решений. В данном контексте риск понимается как действие, выполняемое в условиях выбора в ситуации неопределенности, когда существует опасность в случае

неудачи получить в качестве итога труда худший результат, чем до выбора [3, 4].

Если обратиться к категории «поведение», то его можно определить как целостную активность человека, направленную на удовлетворение биологических, физиологических, психологических и социальных потребностей [5, 6]. Согласно исследованиям многих авторов поведение человека следует рассматривать как интегральный показатель функции головного мозга и как следствие психофизиологической активности индивида [7–9].

В спортивной практике интенсивность риска и величина рискованных последствий возрастает, когда спорт воспринимается спортсменом как профессия или становится ею. При этом спортсмен может идти на риск неосознанно либо целенаправленно выбирать рискованную модель поведения. Выбирая ту или иную модель поведения, человек действует под влиянием инстинктов и разумной воли, выбирая оптимальное соотношение того и другого [10]. Именно в инстинктивном, неосознанном поведении возможно проявление «немотивированного риска». А когда включается разум, человек управляет своим поведением усилием воли [11, 12].

Адекватность действий является важным критерием адаптации в условиях риска, отсутствие которой может приводить к неблагоприятным последствиям, проявляющихся в снижении уровня психической и психофизиологической дезадаптации, что неизбежно проявляется в профессиональных ошибках и срывах, снижении работоспособности, быстрой истощаемости функциональных резервов организма, ухудшении здоровья [13]. В соответствии с этим встаёт вопрос об эффективности существующих критериев спортивного отбора, возникает необходимость учёта индивидуаль-

ных психофизиологических особенностей спортсменов, их возможностей, которые играют решающую роль в успешности их профессиональной карьеры [7].

Очевидно, что произвольная регуляция людей различна, имеются индивидуальные особенности, которые могут быть обусловлены состоянием эмоционально-мотивационной сферы индивида и психофизиологическими параметрами. К психологическим коррелятам риска относятся такие качества личности, как импульсивность, мотивационные установки на достижение успеха и низкий самоконтроль [14].

В ходе проведенного нами исследования оценивались особенности поведенческих реакций студентов в ситуациях, сопряжённых с процессом принятия решений в ситуациях неопределённости, требующих выбора рискованной модели поведения, а также импульсивность, как одного из показателей склонности к риску. Также в работе был изучен вопрос о возможных связях в работе изучен вопрос о возможных связях индивидуальных особенностей склонности к риску и импульсивности у лиц с разными типами силы нервных процессов.

Исследование индивидуально-психологических особенностей испытуемых проводилось с помощью следующих тестов: опросника А.Г. Шмелева (оценка склонности к риску) и опросника В.А. Лосенкова (оценка импульсивности). Результаты исследования позволяют выявить уровень сформированности стремления к риску.

В исследовании принимали участие 33 студента спортивного вуза, специализации легкая атлетика, спортивные игры, плавание и гребной спорт (возраст от 18 до 22 лет). По спортивному мастерству в выборке было 5 МС, 6 КМС, 10 человек имели I разряд, 2 человека II разряд.

Данные по диагностике «Склонность к риску» А.Г. Шмелева

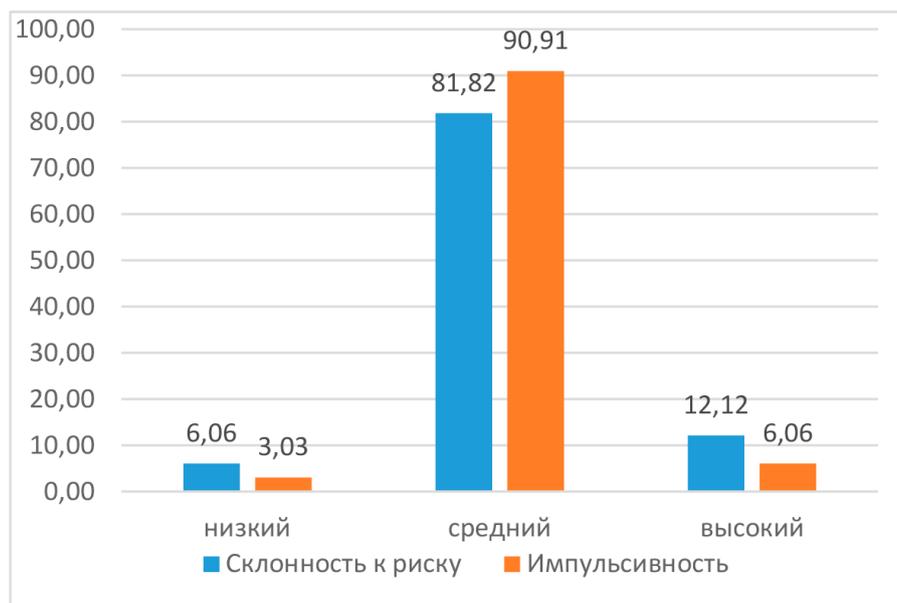
Уровень склонности к риску	Количество человек	Процент
низкий	2	6,06
средний	27	81,82
высокий	4	12,12

Данные по диагностике «Импульсивность» В.А. Лосенкова

Уровень импульсивности	Количество человек	Процент
низкий	1	3,03
средний	30	90,91
высокий	2	6,06

Таким образом мы видим, что высокие показатели импульсивности продемонстрировали лишь 2 человека, для них же склонность к риску была выше среднего уровня. Остальные обследуемые, у которых были высокие показатели склонности к риску имели показатели импульсивности на уровне средних значений, что может говорить о выборе им «обоснованного» риска в случае неопределенных ситуаций.

При соотнесении данных теппинг теста с результатами диагностики склонности к риску выявлено, что из трех человек со слабым типом нервных процессов два человека имеют низкую склонность к риску и одну среднюю. Из четырех человек, имеющих высокую склонность к риску один характеризуется сильным типом нервных процессов и три продемонстрировали сильно-средний тип нервных процессов.



Полученные данные были соотнесены с данными по диагностике силы нервных процессов путем теппинг-теста Е.П. Ильина. Сила нервных процессов является показателем работоспособности нервных клеток и нервной системы в целом. Сильная нервная система выдерживает большую по величине и длительности нагрузку, чем слабая. Использование теппинг-теста для определения силы нервной системы основано на определении динамики максимального темпа движения рук.

Полученные результаты свидетельствуют о корреляции таких характеристик личности как уровень импульсивности и склонность к рискованному поведению, выявленные же закономерности проявлений склонности к риску и характеристик нервной системы требуют дальнейшего многостороннего изучения. В целом полученные данные могут быть использованы при подготовке спортсменов с учетом их индивидуальных особенностей.

Тип нервной системы	Количество человек	Процент
Сильный тип нервной системы	2	6,06
Сильно-средний тип нервной системы	14	42,42
Средний тип нервной системы	9	27,27
Средне-слабый тип нервной системы	5	15,15
Слабый тип нервной системы	3	9,09

Список литературы

1. Вяткин Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности. – М.: ФиС, 1978. – 136 с.
2. Ткачева М.С. Психологические особенности рисков в спортивной деятельности // Ученые записки Педагогического института СГУ им. Н.Г. Чернышевского. Серия: Психология. Педагогика. – 2011. – № 2. – С. 55–61.
3. Ильин Е.П. Психология риска. – СПб.: Питер, 2012. – С. 17–37.
4. Lee J., Jeong J. Correlation of risk-taking propensity with cross-frequency phase-amplitude coupling in the resting EEG. *Clinical Neurophysiology*. – 2013. – V. 124. – № 11. – P. 2772–2180.
5. Смоляков Ю.Н. Интегральная оценка когнитивной функции по результатам спектрального анализа ЭЭГ // Системный анализ в медицине (САМ 2014): Материалы VIII международной научной конференции. Благовещенск: Дальневосточный научный центр физиологии и патологии дыхания СО РАМН. – 2014. – С. 102–105.
6. Rogasch N.C., Fitzgerald P.B. Assessing cortical network properties using NMS-EEG. *Human brain mapping*. – 2013. – T. 34. – № 7. – С. 1652–1669.
7. Миронова Ю.В. Физиологическое обеспечение эмоционального интеллекта у лиц, склонных к рискованному поведению: дис. ... канд. мед. наук. Волгоград, 2017. – 143 с.
8. Плотникова А.В., Кудрин Р.А., Ахундова Р.Е. Типологические особенности интеллекта и биоэлектрической активности головного мозга у лиц с разным хронотипом // Вестник Волгоградского государственного медицинского университета. – 2015. – № 1 (53). – С. 58–61.
9. Хало П.В., Бородянский Ю.М. ЭЭГ-корреляты активации резервных возможностей организма // Известия ЮФУ. Технические науки. – 2014. – № 10 (159). – С. 24–33.
10. Шарок В.В. Особенности самоотношения и ценностно-смысловой сферы лиц, употребляющие наркотики // Сибирский психологический журнал. – 2015. – № 56. – С. 56–68.
11. Мирошникова С.С. Стимулирование осознанности выбора жизненной позиции подростка в процессе дидактической игры: дис. ... канд. пед. наук. Волгоград, 2005. – 150 с.
12. Шаболтас А.В. Риск и рискованное поведение как предмет психологических исследований // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12: Психология. Социология. Педагогика. – 2014. – № 3. – С. 5–16.
13. Ширинская Н.Е., Гайнанова А.Р., Пухов И.А. Эмоциональный интеллект как сдерживающий фактор развития синдрома эмоционального выгорания // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. – 2013. – № 35–2. – С. 92–98.
14. Москвин В.А., Шумова Н.С., Ковалевский А.Г. Индивидуальные особенности склонности к риску и импульсивности (на примере студентов спортивного вуза) // Теория и практика физической культуры. – 2012. – № 5. – С. 6–11.