

# Влияние самооценки на игровую деятельность квалифицированных хоккеистов

Валентина Воронова, Надежда Высочина, Андрей Михнов

## АННОТАЦИЯ

Теоретически обосновано, что самооценка является одним из наиболее значимых параметров личности спортсмена, поскольку она стимулирует повышение эффективности соревновательной деятельности и играет роль ее регулятора. Установлены основные направления изучения самооценки хоккеистов высокого класса. На основе результатов экспертного опроса определена структура анализа самооценки хоккеистов высокого класса. В структуре самооценки выделены три блока показателей: самооценка уровня физической подготовленности и здоровья, самооценка уровня технико-тактической подготовленности, самооценка уровня психологической подготовленности. Проведен анализ самооценки хоккеистов высокого класса по шкалам, связанным с различными сторонами подготовленности (физической, технико-тактической и психологической), который выявил как индивидуальный уровень проявления самооценки игроков, так и среднегрупповые значения, что позволило определить наиболее значимые компоненты в общей структуре самооценки хоккеистов. Определены и проанализированы интегральные показатели самооценки хоккеистов, влияющие на их игровую деятельность, а также взаимосвязи между ними. Показано, что у хоккеистов высокого класса уровень самооценки имеет прямую взаимосвязь с результатами соревновательной деятельности, а высокий уровень самооценки может положительно влиять на успешность их выступлений.

**Ключевые слова:** самооценка, хоккей, свойства личности, соревновательная деятельность.

## SUMMARY

It was theoretically proved that self-esteem is one of the most significant parameters of the athlete's personality, because it stimulates the increase in the effectiveness of competitive activity and plays the role of its regulator. The main directions for studying the self-esteem of high class hockey players were identified. Based on the results of the expert survey, the structure of the analysis of the self-esteem of high class hockey players was determined. Three blocks of indicators were distinguished in the structure of self-esteem: the self-assessment of the level of physical fitness and health, the self-assessment of the level of technical and tactical preparation, and the self-assessment of the level of psychological preparation. The analysis of the self-esteem of high-class hockey players was carried out using the scales related to various aspects of preparation (physical, technical and tactical, and psychological), which revealed both the individual level of the demonstration of self-esteem of players and the mean group values that allowed to determine the most significant components in the overall structure of self-esteem of hockey players. Integral indicators of the self-esteem of hockey players that affect their playing activity were identified and analyzed along with the relationships between them. It was shown that high-class hockey players show a direct correlation between the level of the self-esteem and the results of competitive activity, furthermore, a high level of self-esteem can positively influence the success of their performances.

**Keywords:** self-esteem, ice hockey, properties of personality, competitive activity.

© Валентина Воронова, Надежда Высочина, Андрей Михнов, 2017



**Постановка проблемы.** На современном этапе развития спорта высших достижений чем выше уровень квалификации спортсменов и чем ответственней поединки, тем большую значимость приобретает уровень психологической подготовленности спортсменов [6, 7, 24].

Сложность и многогранность тренировочного процесса хоккеистов обуславливают важность индивидуального подхода и разработки новых методов коррекции их состояния с учетом современных тенденций тренировочной и соревновательной деятельности. Уровень развития комплекса индивидуальных личностных свойств и особенностей спортсмена, от которых зависит эффективность и надежность исполнения игровых действий в экстремальных условиях, зависит от множества факторов, среди которых особое значение принадлежит самооценке игрока. Она является одной из наиболее значимых составляющих среди остальных свойств его личности, стимулирует повышение эффективности соревновательной деятельности и играет роль регулятора этой деятельности, обеспечивая тем самым наилучшую ее адаптацию к постоянно меняющимся игровым условиям [6, 7, 24]. В связи с этим достижение и поддержание идеального с точки зрения результативности, уровня самооценки для хоккеистов может считаться залогом успешного участия в соревнованиях, что является одним из перспективных вопросов теории и методики подготовки в хоккее.

В процессе соревновательной деятельности спортсмен постоянно осуществляет оценку собственных действий, психических и физических возможностей, состояний, резервных возможностей и др. Уровень самооценки влияет на степень уверенности, самоуважения, выраженность направленности на достижение успеха, позитивного отношения к своей деятельности, удовлетворенности результатами своих выступлений, осознание собственной силы и ценности. Н. А. Батурин, И. А. Галкина, С. В. Жилин, Е. И. Кутовая считают самооценку спортсмена центральным компонентом лич-

ности, указывая на ее активное участие в регуляции поведения и деятельности [1, 13]. В то же время самооценка является основной ценностной системы личности и определяет мотивационную направленность спортсмена в зависимости от его индивидуального восприятия окружающей действительности и структуры его приоритетов [2, 22].

Если спортсмен не верит в свои силы, пессимистично настроен, не ставит перед собой высокие цели, безразлично относится к неудачам – это свидетельствует о том, что у него низкий уровень самооценки [5, 14]. С другой стороны, реальное осознание своих недостатков может оказать положительное влияние, послужить толчком к их исправлению и развитию положительных сторон личности. В случае же, если спортсмен не способен адекватно себя воспринимать и соответственно реагировать на внешние обстоятельства, он вынужден растрчивать свою нервную энергию на поддержание психической защиты, что будет деструктивно влиять на его соревновательную деятельность [15, 24].

Существует ряд внешних признаков, характеризующих поведение спортсмена с заниженной или завышенной самооценкой. Заниженная самооценка проявляется в форме тревожности, страхов, желаний не привлекать к себе внимания, чрезмерной осторожности, скованности движений. При завышенной самооценке у спортсмена наблюдается уверенное и свободное поведение, ощущение превосходства, бесстрашие, в крайних формах – бесцеремонность [10, 18]. В научной литературе есть данные о том, что спортсмены высокой квалификации, обладающие завышенной самооценкой, имеют сложный характер и плохо приспособлены к общению, однако эта особенность часто помогает им в соревновательной деятельности [17, 19]. Спортсмены, имеющие средний уровень самооценки или склонность к высокому уровню, как правило, наиболее приспособлены в психологическом плане к нагрузкам соревновательной деятельности, что важно для достижения успеха и способ-

ствуется экономии физических и психических ресурсов [4, 9].

Обычно у каждого спортсмена есть идеальный образ «Я», к которому он стремится [12, 16]. Этот образ включает в себя необходимые для реализации поставленных целей спортсмену качества – как физические, так и психические. С течением времени и приобретением спортсменом соревновательного и жизненного опыта он может изменяться и дополняться новыми свойствами. Когда личностные достижения спортсмена приближаются к идеалу, его самооценка повышается, и чем больше соответствие реального и идеального образов, тем она выше [19, 21]. Следовательно, основу нормальной самооценки спортсмена составляет объективное отношение к себе и адекватная оценка собственных качеств.

Именно степень адекватности самооценки может характеризовать уровень адаптации психики спортсмена к нагрузкам тренировочной и соревновательной деятельности. Это проявляется в успешности и удовлетворенности спортсменом своими результатами [11, 20]. Поэтому адекватную самооценку у спортсменов можно считать одним из факторов, влияющих на эффективность их соревновательной деятельности. К сожалению, экспериментальных работ, в которых были бы отражены особенности адекватности самооценки спортсменов, по сравнению с лицами, не занимающимися спортом, в научной литературе практически нет.

Первоосновой в умении оценивать себя является опыт, который накапливается у спортсмена с раннего детства. В дальнейшем происходит его интеллектуальная переработка, личностное развитие и совершенствование в течение всей жизни [8].

Низкая самооценка спортсмена может быть обусловлена многими причинами: она может быть сформирована в детстве из-за недоброжелательного или чрезмерно критичного отношения старших, могла развиться у ребенка из-за плохой успеваемости в школе или насмешек сверстников. Показатели частных самооценок спортсмена периодически подвержены колебаниям, что можно рассматривать как механизм, обеспечивающий саморегуляцию его личности в изменяющихся условиях тренировочной и соревновательной деятельности [15].

Несмотря на обилие обширных экспериментальных и теоретических данных в вопросах влияния самооценки на личность

спортсменов высокой квалификации и, как следствие, на их результативность, в частности в игровых видах спорта, крайне редко встречаются данные об особенностях самооценки хоккеистов и влияния на эффективность их выступлений уровня ее сформированности. Большинство авторов изучали специфику таких проявлений личности хоккеиста, как темперамент, эмоциональная сфера, компоненты направленности, тревожность, мотивация успеха, уверенность в себе [23]. В меньшей степени изучены познавательные психические процессы спортсмена, его ценностные ориентации, интеллект, а также самооценка [3, 14].

Формирование самооценки в процессе соревновательной деятельности позволяет хоккеисту узнать, насколько его притязания соответствуют его возможностям. Происходит сравнение себя с эталоном и, в зависимости от его результатов, у спортсмена проявляется удовлетворенность или неудовлетворенность собой. Следовательно, самооценка хоккеиста – это констатация им собственных особенностей, своих сил, умственных способностей, поступков [22]. Величина самооценки соответственно влияет на уровень целей и широту профессиональных планов хоккеиста. Как показывает анализ научной литературы, адекватная самооценка профессионала определяет степень расхождения между уровнем его притязаний и реальным уровнем осуществления деятельности, точность постановки целей, адекватную эмоциональную реакцию на разный результат деятельности [14, 24]. Так, завышенная самооценка способствует постановке целей, которые не соответствуют возможностям спортсмена: он ориентирован на успех, но пренебрегает необходимой информацией, не прилагает больших усилий для достижения своих целей. Заниженная самооценка приводит спортсмена к пассивности, боязни ответственности, к склонности ставить легкие цели и задачи, к ожиданию неуспеха. Неадекватная самооценка не позволяет спортсмену полностью реализовать свои возможности в профессиональной деятельности. Если хоккеист занимается любимым делом, он постепенно приобретает опыт и мастерство, которыми имеет право гордиться. Это одно из условий, обеспечивающих нормальную самооценку.

У большинства спортсменов непосредственно при успешной ситуации спортивные результаты растут. Однако наличие ста-

бильных успешных спортивных результатов может привести к эмоциональной зависимости от успеха и панического страха перед поражением. В таком случае претензии спортсмена, по сравнению с соперниками, находятся на очень высоком уровне. У него появляется чрезмерно завышенная самооценка. Чем регулярнее и интенсивнее эмоциональные психические состояния в результате полученного успеха, чем выше уровень притязаний спортсмена, тем глубже и интенсивнее будет субъективный конфликт спортсмена при неудаче. В этом случае сам факт, что успех достигается труднее, чем предполагалось, будет для него таким психическим препятствием, в условиях которого ему не удастся показать даже свой привычный результат. Часто это происходит на соревнованиях и встречах, причем в важнейших, с достаточно квалифицированными спортсменами. Подобная опасность наиболее присуща спортсменам-лидерам, членам национальных сборных команд, талантливым юным спортсменам.

В связи с вышеизложенным, актуальным, на наш взгляд, является углубленное исследование самооценки хоккеистов высокого класса, выявление взаимосвязей с другими составляющими их психологической подготовленности (мотивация, склонность к риску, стресс-устойчивость и др.), а также установление влияния уровня самооценки на успешность соревновательной деятельности игроков, особенности реализации ими отдельных технико-тактических действий в матче.

**Цель исследования** – изучить особенности и определить уровень проявления самооценки квалифицированных хоккеистов и ее взаимосвязь с их игровой деятельностью.

**Методы исследования:** анализ и обобщение данных научно-методической литературы и сети Интернет, педагогический контроль, педагогический эксперимент, методы психодиагностики, экспертных оценок, математической статистики.

В исследовании участвовали 16 высококвалифицированных хоккеистов (МС, МСМК) хоккейного клуба «Металлург-Жлобин» (Беларусь) 19–34 лет. В качестве экспертов были привлечены 52 респондента (МСМК, игроки клубов Открытого чемпионата Беларуси и Континентальной хоккейной лиги, тренеры сборных команд, клубов КХЛ).

**Результаты исследования и их обобщение.** Самооценка хоккеиста представляет собой сложную систему, которая

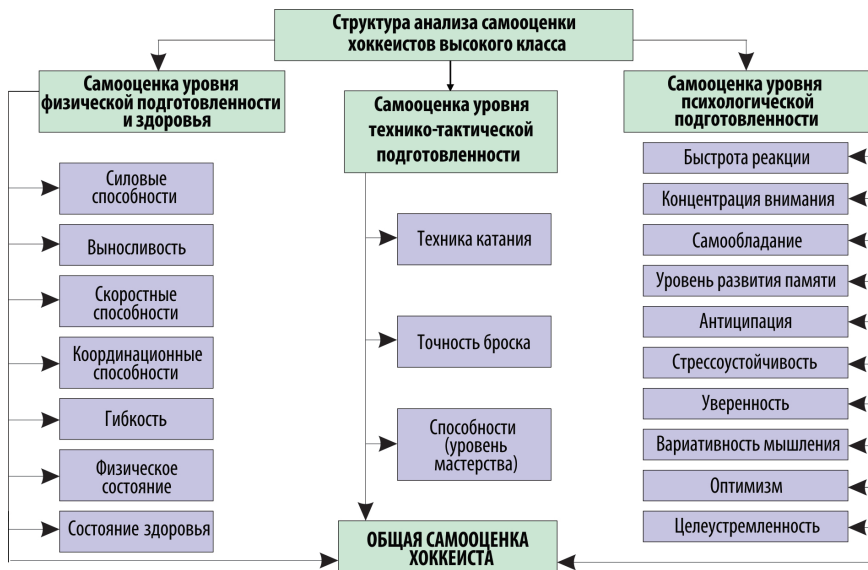


РИСУНОК 1 – Структура анализа самооценки хоккеистов высокого класса

определяет характер самоотношения спортсмена и включает общую самооценку, которая отражает уровень самоуважения, целостное принятие или непринятие себя и парциальные, частные самооценки, характеризующие отношение к отдельным сторонам своей личности, поступкам, успешности в конкретных видах деятельности.

Учитывая данное положение, на наш взгляд, важным шагом было установление основных направлений или видов деятельности, которые могут быть использованы для определения самооценки хоккеистов высокого класса, увязывая их с общей (интегральной) самооценкой спортсмена, и комплексно подходить к ее изучению.

Эти частные направления самооценки должны отражать важнейшие составляющие успешной профессиональной деятельности хоккеиста.

С целью выявления значимых направлений самооценки хоккеистов высокого класса нами был проведен экспертный опрос, в ходе которого необходимо было указать значимые стороны подготовленности и личностные ка-

чества, которые могут быть использованы при исследовании самооценки хоккеистов.

Предложенные в результате опроса значимые стороны подготовленности и качества хоккеистов в нашем исследовании были систематизированы и условно разделены на три относительно самостоятельные группы (рис. 1).

*Первая группа* – самооценка уровня физической подготовленности и здоровья. К ней были отнесены самооценки хоккеистами уровня развития двигательных качеств: силы, быстроты, координационных способностей, гибкости и выносливости, а также общая самооценка своего физического состояния и здоровья.

*Вторая группа* – самооценка уровня технико-тактической подготовленности. В данную группу вошли технические и тактические действия спортсменов (техника передвижения на площадке, точность выполнения бросков по воротам) и собственный уровень спортивного мастерства.

*Третья группа* – самооценка уровня психологической подготовленности. Включает оценку следующих качеств: самообладание,

концентрация внимания, быстрота реакции, уровень развития памяти, способность к антиципации, стрессоустойчивость, уверенность в своих силах, вариативность мышления, оптимизм, целеустремленность.

В процессе исследований анализировался уровень самооценки хоккеистов как по отдельным сторонам подготовленности и качествам (шкалам), так и определялся общий (интегральный) уровень самооценки, а также уровень притязаний и целевое отклонение от желаемого запланированного результата.

Подробный анализ самооценки хоккеистов высокого класса по шкалам, связанным с различными сторонами подготовленности (физической, технико-тактической и психологической), выявил как индивидуальный уровень проявления самооценки игроков, так и среднegrupповые значения, которые, в свою очередь, позволили определить наиболее значимые компоненты в общей структуре самооценки хоккеистов (рис. 2).

Так, наиболее высокий уровень самооценки и притязаний отмечался по компонентам, которые отражали технико-тактическую и психологическую подготовленность спортсменов. Наиболее высокие значения целевого отклонения были зафиксированы по компоненту психологической подготовленности (17,91 балла), наименьшие – по технико-тактической подготовленности (9,7 балла).

Полученные данные указывают на необходимость акцентирования особого внимания на психологическом компоненте в процессе дальнейшей работы по коррекции самооценки игроков. Данное предположение подтверждается выявленными коэффициентами корреляционной взаимосвязи, которые были получены при сопоставлении эффективности соревновательной деятельности игроков (по интегральному коэффициенту эффективности) и среднему уровню разных компонентов самооценки: физическая подготовленность и здоровье; технико-тактическая подготовленность; психологическая подготовленность.

Наиболее высокий уровень взаимосвязи эффективности соревновательной деятельности наблюдался именно с тем компонентом самооценки, который отражал психологическую подготовленность спортсменов ( $r = 0,837$ ).

Показатели самооценки игроков, характеризующие отдельные стороны подготовленности, также были нами использо-

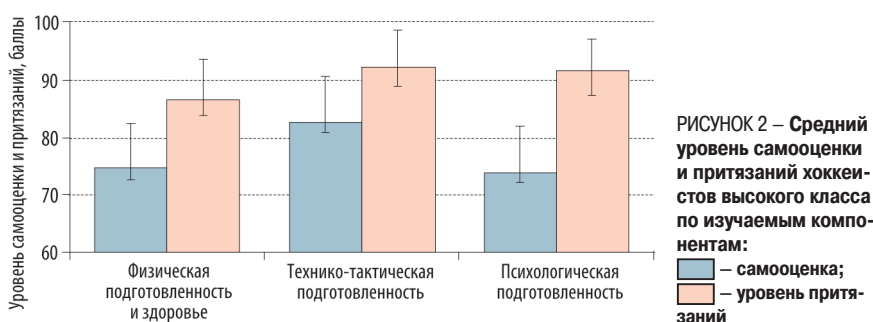


РИСУНОК 2 – Средний уровень самооценки и притязаний хоккеистов высокого класса по изучаемым компонентам: — самооценки; — уровень притязаний

ваны при выявлении как внутригрупповых корреляционных взаимосвязей, так и взаимосвязей между уровнем самооценки и эффективностью реализации отдельных технико-тактических действий игроками в матче.

При проведении факторного анализа структуры подготовленности хоккеистов с целью оптимизации большого массива данных мы объединили показатели самооценки, которые относились к разным сторонам подготовленности (физической, технико-тактической и психологической), получив, таким образом, три группы данных самооценки хоккеистов.

На рисунке 3 представлены данные интегральной (итоговой, суммарной) самооценки хоккеистов высокого класса, рассчитанные на основании девятнадцати отдельных шкал, которые свидетельствуют о том, что величина стандартного отклонения от средних данных у большинства хоккеистов имеет довольно значительный размах, что, в свою очередь, может указывать на существенные различия при самооценке спортсменами отдельных исследуемых показателей.

Среднегрупповой уровень интегральной самооценки составил  $74,31 \pm 6,62$  балла, что соответствует диапазону средней самооценки личности.

Исследование взаимосвязей между отдельными показателями, которые были использованы для выявления уровня самооценки хоккеистов, показывает, что статистически значимые коэффициенты корреляции ( $p < 0,05$ ) были получены между самооценкой хоккеистами силовых способностей и общих физических возможностей ( $r = 0,573$ ), самооценкой быстроты и гибкости ( $r = 0,624$ ), координационных способностей и общего физического состояния ( $r = 0,606$ ).

Положительные коэффициенты корреляции наблюдаются также между показателями самооценки самообладания и кон-

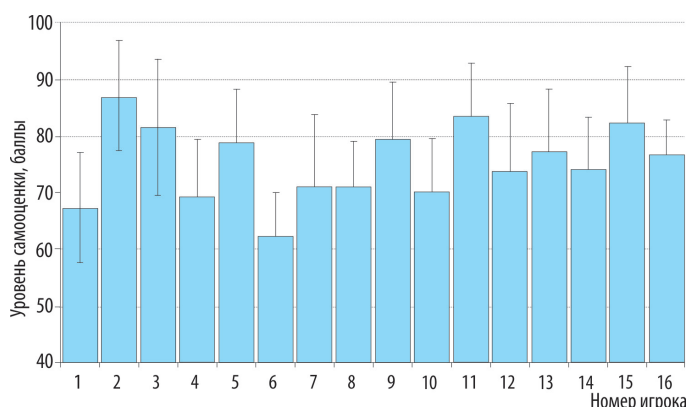


РИСУНОК 3 – Уровень проявления интегральной самооценки квалифицированных хоккеистов

центрации внимания ( $r = 0,673$ ), оценкой быстроты реакции и реакции антиципации (предвосхищения будущего события) ( $r = 0,644$ ). Высокая корреляционная взаимосвязь прослеживается между общей самооценкой уверенности и оценкой быстроты реакции ( $r = 0,802$ ), самооценкой оптимизма и своего здоровья ( $r = 0,756$ ).

Также нами выявлен ряд показателей, по которым наблюдались отрицательные значения корреляции. Статистически значимый отрицательный коэффициент  $r = -0,567$  был выявлен между самооценкой выносливости и уверенности, а также самооценкой гибкости и точности выполненных бросков по воротам ( $r = -0,534$ ).

Необходимо отметить наличие положительных взаимосвязей между самооценкой точности выполняемых бросков и заброшенными шайбами в матче ( $r = 0,693$ ), самооценкой гибкости и набранными в матче очками ( $r = 0,713$ ), оценкой точности бросков и реализации бросков по воротам  $r = 0,512$ ). Отрицательная взаимосвязь наблюдается между самооценкой вариативности мышления и штрафными минутами ( $r = -0,538$ ), т.е. чем выше самооценка, тем меньше у спортсмена штрафных минут за нарушение правил. Также имеет место положительная корреляционная взаимосвязь между количеством выполненных бросков по воротам

и самооценкой разных сторон подготовленности хоккеиста ( $r = 0,864; 0,791; 0,701$ ). Другими словами, чем выше была самооценка хоккеиста, тем чаще он выполнял броски по воротам и уверенней себя чувствовал в завершающей стадии атаки.

**Выводы.** Анализ результатов исследования характера взаимосвязи между уровнем самооценки и эффективностью соревновательной деятельности квалифицированных хоккеистов позволяет предположить, что высокий уровень самооценки спортсменов может иметь благоприятное влияние на успешность их игровой деятельности.

Полученные в ходе исследований данные свидетельствуют о необходимости учета уровня проявления психологических свойств личности хоккеистов, влияющих на их игровую деятельность (в частности, их самооценки) и целесообразности внедрения в процесс подготовки хоккеистов высокого класса специализированной программы по коррекции самооценки. Также можно сделать вывод о том, что коррекция индивидуальной самооценки хоккеистов будет оказывать положительное влияние на эффективность их соревновательной деятельности.

**Перспективы дальнейших исследований** связаны с изучением влияния программы по коррекции самооценки на представителей разных видов спорта.

## Литература

1. Батури́н Н. А. Психология успеха и неудачи в спортивной деятельности: учеб. пособие / Н. А. Батури́н. – Челябинск : ЧГИФК, 1988. – 86 с.
2. Баумейстер Р. Мифология самооценки / Р. Баумейстер, Д. Кемпбелл, Д. Крюгер // В мире науки. – 2005. – № 4. – С. 78–82.
3. Бука́тин А. Ю. Построение тренировочного процесса на этапе общей подготовки у хоккеистов высшей квалификации на основе данных комплексного контроля / А. Ю. Бука́тин. – М. : Спорткомитет СССР, 1982. – 22 с.
4. Верхоша́нский Ю. В. Программирование тренировочных нагрузок по СПФ высококвалифицированных хоккеистов в годичном цикле подготовки: метод. рек. /

## References

1. Baturin NA. Psychology of success and failure in sports activities: study guide. Cheliabinsk: ChGIFK; 1988. 86 p.
2. Baumeister R, Campbell J, Krueger J. The self-esteem mythology. V mire nauki. 2005;4:78–82.
3. Bukatin AY. Designing the training program for highly qualified hockey players at the stage of general preparation on the basis of integral control. Moscow: Committee of Sports of the USSR; 1982. 22 p.
4. Verkhoshanskiy YV, Tikhonov VV, Koloskov VI. Programming of training loads in SPT of highly qualified hockey players in the annual cycle of preparation: method. Recommendations. Moscow: Goskomspport of the USSR on the affairs of physical culture and sports; 1989. 44 p.

- Ю. В. Верхошанский, В. В. Тихонов, В. И. Колосков. — М.: Госкомспорт СССР по физ. культуре и спорту, 1989. — 44 с.
5. Воронова В. И. Особенности проявления самооценки у хоккеистов / В. И. Воронова, А. П. Михнов // Современные перспективы и проблемы развития регионального образования в условиях модернизации и реформирования Российского общества: Всерос. заоч. науч.-практ. конф. с междунар. участием. — Сургут, 2015. — С. 15–23.
  6. Воронова В. Психологические профили высококвалифицированных хоккеистов различного игрового амплуа / В. Воронова, А. Михнов // Фіз. культура, спорт та здоров'я нації. — 2016. — Вип. 1. — С. 283–288.
  7. Гант О. Є. Формування адекватної самооцінки тенісистів в системі їх психологічної підготовки / О. Є. Гант // J. of Physical Education and Sport ®. — 2016. — Vol. 16(2). — P. 335–339.
  8. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е. Н. Гогунев, Б. И. Мартыанов. — М.: Академия, 2004. — 224 с.
  9. Горская Г. Б. Психологические факторы самореализации профессионалов высокого класса (на материале спортивной деятельности): дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / Г. Б. Горская. — Краснодар, 1999. — 332 с.
  10. Князев А. А. Психолого-педагогические характеристики в вопросах обеспечения подготовки спортсменов / А. А. Князев. — Ростов н/Д.: РСЭИ, 2008. — 329 с.
  11. Кон И. С. Междисциплинарные исследования. Социология. Психология. Антропология / И. С. Кон. — Ростов н/Д.: Феникс, 2006. — 608 с.
  12. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг, Д. Бокум; пер. с англ. А. В. Маслова. — СПб.: Питер, 2006. — 460 с.
  13. Кутовая Е. И. Психология победы. Секреты подготовки олимпийских чемпионов / Е. И. Кутовая. — М.: АСТ, 2007. — 192 с.
  14. Лозовая Г. В. Взаимосвязи самооценки и ценностной сферы личности спортсменов / Г. В. Лозовая // Материалы ежегод. науч. конф. СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта. — СПб., 2001. — С. 56.
  15. Лозовая Г. В. Формирование самооценки спортсмена: [учеб. пособие] / Г. В. Лозовая; Санкт-Петербург. гос. акад. физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. — СПб., 2003. — 20 с.
  16. Малкин В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. — М.: Физкультура и спорт. — 2008. — 200 с.
  17. Олимпийский спорт / [В. Н. Платонов, С. Н. Бубка, М. М. Булатова и др.]; под ред. В. Н. Платонова. — К.: Олимп. лит., 2009. — Т. 2. — 696 с.
  18. Паначев В. Д. Спорт и личность: проблемы социального управления / В. Д. Паначев // Социол. исслед. — 2005. — № 11. — С. 82–87.
  19. Патент на корисну модель № 96922 Україна. МПК А61М 21/00. Спосіб підвищення впевненості у спортсменів / авт. Н. Л. Височіна, В. І. Воронова, Л. М. Гуніна, Г. Б. Данцкер: заявник та патентотримувач Нац. ун-т фіз. вих. і спорту України. — № U201409624. — заявл. 02.09.2014; опубл. 25.02.2015, бюл. № 4.
  20. Пуни А. Ц. Психологическая подготовка к соревнованиям в спорте / А. Ц. Пуни. — Л.: ДДОИФК, 1973. — 178 с.
  21. Родионов А. В. Психология спорта высших достижений / А. В. Родионов. — М.: Физкультура и спорт, 1976. — 206 с.
  22. Сидоров К. Р. Самооценка в психологии / К. Р. Сидоров // Мир психологии. — 2006. — № 2. — С. 224–233.
  23. Хамиуэлл У. Психологическая подготовка хоккеистов / У. Хамиуэлл // Материалы международного симпозиума тренеров. — Вена: ИИХФ, 1996. — С. 45–49.
  24. Vysochina N. The influence of self-esteem on the emotional state of an athlete as personality / N. Vysochina // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. — Х.: ХОВНОКУ-ХДАДМ. — 2010. — № 3. — С. 151–153.
  5. Voronova VI, Mikhnov AP. The peculiarities of self-esteem manifestations in hockey players. In: All-Russia distance scient.-pract. conf. with international participation Modern perspectives and problems of development of regional education in conditions of modernization and reforming of the Russian society. Surgut; 2015. p. 15-23.
  6. Voronova V, Mikhnov A. Psychological profiles of highly skilled hockey players with different team roles. Physical culture, sport and health of the nation. 2016;1:283-288.
  7. Gant OY. Formation of an adequate self-esteem of tennis players in the system of their psychological preparation. Journal of Physical Education and Sport. 2016;16(2):335–339.
  8. Gogunov EN, Martianov BI. Psychology of physical education and sport: study guide for students of higher pedagogical educational institutions. 2nd ed. Moscow: Akademia; 2004. 224 p.
  9. Gorskaja GB. Psychological factors of self-realization of high-class professionals (on the material of sports activities) [dissertation]. Krasnodar; 1999. 332 p.
  10. Kniyazev AA. Psychological and pedagogical characteristics in the issues of provision of athletes preparation. Rostov-on-Don: RSEI; 2008. 329 p.
  11. Kon IS. Cross disciplinary research. Sociology. Psychology. Anthropology. Rostov-on-Don: Feniks; 2006. 608 p.
  12. Craig G, Baucum D. Developmental psychology. [transl. from English Maslova AV]. St. Petersburg: Piter; 2006. 460 p.
  13. Kutovaia YI. Psychology of winning. The secrets of preparation of Olympic champions. Moscow: AST; 2007. 192 p.
  14. Losovaia GV. Interrelationships of the self-esteem and the value sphere of athlete's personality. In: Scient. conf. of the Lesgaft National State University of Physical Education Proceedings of the annual. St. Petersburg; 2001. p. 56.
  15. Losovaia GV. Development of athlete's self-esteem: [study guide]. St. Petersburg: The Lesgaft National State University of Physical Education; 2003. 20 p.
  16. Malkin VP. Management of psychological preparation in sport. Moscow: Fizkultura i sport; 2008. 200 p.
  17. Platonov VN, editor. Olympic sport. Textbook. in 2 vols. Kyiv: Olympic literature; 2009. Vol. 2; 696 p.
  18. Panachev VD. Sport and personality: The problems of social management. Sociological Studies. 2005;11:82-87.
  19. Vysochina NL, Voronova VI, Hunina LM, Dantsker HB, inventors; National University of Physical Education and Sports of Ukraine, assignee. Method of increasing confidence in athletes. Ukraine patent No 96922. 2015 feb. 25.
  20. Puni ATs. Psychological preparation for competitions in sports. Leningrad: State Inst. of Phys. Cult.; 1973. 178 p.
  21. Rodionov AV. Psychology of high performance sport. Moscow: Fizkultura i sport; 1976. 206 p.
  22. Sidorov KR. Self-esteem in psychology. Mir Psikhologii. 2006;2:224–233.
  23. Hamewell W. Mental preparation of hockey players. In: Proceedings of the International Coaching Symposium. Vienna: IIHF; 1996. p. 45-49.
  24. Vysochina N. The influence of self-esteem on the emotional state of an athlete as personality. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2010;3:151-153.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна  
www.voronova@gmail.com  
n.vysochina@i.ua

Поступила 20.04.2017