

МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ОПРЕДЕЛЕНИЮ СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКЕ (НА ПРИМЕРЕ ФУТБОЛИСТОВ НИГЕРА)

Наталья Борисовна Трофимова¹, Иди Маман Башир²

Воронежский государственный педагогический университет^{1, 2}
Воронеж, Россия

¹Доктор психологических наук, профессор кафедры общей и педагогической психологии,
e-mail: n_trofimova@mail.ru

²Аспирант кафедры общей и педагогической психологии, e-mail: maifadabachir@gmail.com

Аннотация. Статья посвящена изучению методологических подходов к совладающему поведению спортсменов в предсоревновательный этап. В качестве исследуемых выступили футболисты нескольких футбольных команд Нигера. Доказана взаимосвязь совладающего поведения и личностного развития спортсменов, а именно: конструктивные копинг-стратегии положительно коррелируют с интегральными личностными характеристиками, неконструктивные – отрицательно. Анализ результатов исследования позволил разработать план тренировки футболистов с высоким уровнем тревожности, опираясь на методы спортивной психологии, включающих формирование мотива достижения успеха, индивидуальную корректирующую программу по борьбе с мотивом избегания неудач и снижения тревожности.

Ключевые слова: совладающее поведение; спортсмены; предсоревновательный этап; методология; тревожность; мотив достижения; мотив избегания неудач; стресс.

Для цитирования: Трофимова Н.Б., Башир И.М. Методологические подходы к определению совладающего поведения в спортивной подготовке (на примере футболистов Нигера) // Известия Воронежского государственного педагогического университета. 2022. № 1 (294). С. 128–133. DOI: 10.47438/2309-7078_2022_1_128

Введение

Актуальность выбранной темы обоснована проблематикой совладающего поведения в концепциях развития спорта и малой освещенностью в социально-психологических исследованиях спортивной деятельности. Накопленный опыт эмпирических исследований имеется в клинической психологии, отдельные работы в возрастной психологии, инженерной психологии и психологии развития. Теоретическое обобщение и анализ проведенного исследования, эмпирическое обоснование полученных данных о совладающем поведении у спортсменов в предсоревновательный этап будут способствовать интеграции научных представлений о психологических механизмах и тенденциях данного многомерного феномена.

Исследование совладающего поведения как существенной составляющей уверенного поведения перед спортивными состязаниями актуально в связи с продолжающейся в мире нестабильностью в области конкуренции и политики, которые отразились на спорте. Особая уязвимость молодых спортсменов, стремящихся к самоутверждению и успеху в жизни и спортивной деятельности, служит основанием для разработки данной проблемы с целью создания программ психологической помощи и классификации методов саморегуляции, позволяю-

щих преодолевать психологический стресс и развивать стрессоустойчивость личности, конструктивные стратегии совладания в предсоревновательном этапе.

Теоретический обзор литературы

Изначально изучалось понятие «методологический подход». По мнению Э.Г. Юдина и И.В. Блауберга, это «принципиальная методологическая ориентация исследования, как точка зрения, с которой рассматривается объект изучения (способ определения объекта), как понятие или принцип, руководящий общей стратегией исследования» [1, с.74].

Н.М. Трофимовой, Н.Б. Трофимовой, Е.В. Поляниной в курсе практической психологии дается описание современного представления о природе человеческой психологии, о её специфике, динамике и развитии. Авторы рассматривают субъективный мир человека, проявляющийся в своих индивидуальных, субъектных, личностных, индивидуальных качествах, в том числе эмоциональном и нравственном потенциале [10].

Т.Л. Крюковой выведены закономерности совладающего поведения личности, отражающие как положительную, так и отрицательную динамику совладающего поведения. Автор предполагает, что положительная динамика совладающего поведения заключается в увеличении с возрастом продуктивных стилей и стратегий совладания. То есть, воз-

растные особенности влияют на возможности саморегуляции и копинг-стратегий [4].

С.О. Щелина доказала взаимосвязь совладающего поведения и личностно-профессионального развития студентов-психологов, а именно то, что конструктивные стратегии совладания положительно коррелируют с интегральными личностными характеристиками, неконструктивные стратегии – отрицательно связаны с ними [15].

Интересной для анализа стала научная статья А. Кузьминой, Е. Чижовой, М. Лаврентьевой, доказавшими, что совладающее поведение спортсменов-экстремалов характеризуется высоким уровнем планирования и саморегуляции и низким уровнем критичности к себе. Отмечается, что наибольшая их проблема в самооценке результатов собственной деятельности [5].

В связи с тем, что при определении совладающего поведения в спортивной подготовке в эксперименте участвовали спортсмены 15-16 лет, полезным было обоснование критериев сравнительного анализа копинг-стратегий подростков авторов Е.В. Волченковой, Е.В. Кузнецовой, Ю.П. Санниковой, Н.С. Семеновой, О.А. Ворониной. Учеными обнаружены значимые различия в проявлении стресс-факторов, копинг-стратегий и личностных ресурсов, подростков социальной нормы и делинквентного поведения. Различия копинг-стратегий подростков с отклоняющимся поведением имеют и ресурсный потенциал, и такие подростки чаще применяют адаптивные, либо частично адаптивные когнитивные и эмоциональные копинг-стратегии при решении стрессовых ситуаций [3].

К.Н. Муздыбаев анализирует формы и характеристики стрессоров в различных жизненных ситуациях, предъявляющие специфические требования к людям и превышающие их ресурсы и возможности. Особое внимание уделено совладающему поведению в трудных жизненных ситуациях, при негативных травмирующих событиях, в кризисные годы и др. Автор предлагает различные адаптивные задачи и стратегии совладания [8].

Другая точка зрения на исследование совладающего поведения у В.М. Ялтонского. Автор считает, что совладание часто может быть сфокусировано не только на ситуацию угрозы, негативных ожиданий, но и развиваться в направлении предупреждения влияния событий, которые являются потенциальными стрессорами, например, боязнь проиграть в матче и др. [17].

Методологическому подходу к определению совладающего поведения уделяла внимание И.И. Ветрова. Автором описаны три подхода к совладающему поведению, которые считаются основными в зарубежной и отечественной научной парадигме копинга.

Первый подход – диспозиционный, концентрирующийся на вопросе, существуют ли такие личностные качества, которые обуславливают лучшее совладание с трудностями. К этому подходу относится поведение в стрессе.

Второй подход – ситуативный, по-другому – динамический, рассматривающий процесс совладания со стрессом и возможности преодоления стресса.

Третий подход – интегративный. Предполагается, что на выбор копинг-стратегий влияют как личностные, так и ситуационные факторы [2].

Анализ научной литературы позволил определить проблему, объект, предмет, цель и задачи исследования.

Проблема исследования определяется рассогласованием между необходимостью организации процесса, направленного на создание у спортсменов состояния психической готовности к соревнованию и традиционными технологиями спортивной подготовки.

Цель исследования – изучение методологических подходов к определению совладающего поведения в спортивной подготовке и разработка модели психологической подготовки спортсменов к соревнованиям на основе актуализации конструктивного совладающего поведения.

Объект исследования – личностно-спортивное развитие футболистов в системе подготовки к соревнованиям и в тренировочный период.

Предмет исследования – совладающее поведение как ресурс личностно-спортивной подготовки спортсменов к соревнованиям.

Гипотеза исследования. Методологические подходы к определению совладающего поведения в спортивной подготовке обеспечат мобилизацию возможностей спортсменов для выработки эффективных способов поведения по разрешению стрессовых ситуаций.

Задачи исследования:

- проанализировать научную и практическую литературу по теме методологических подходов к совладающему поведению;

- разработать модель психологической подготовки спортсменов к соревнованиям на основе актуализации конструктивного совладающего поведения, позволяющую эмпирически исследовать взаимосвязь личностно-спортивного развития и совладающего поведения спортсменов;

- проанализировать и сравнить методологические подходы к определению совладающего поведения в спортивной подготовке в рамках реализации модели;

- провести сравнительный анализ взаимосвязи конструктивных и неконструктивных стратегий совладающего поведения у спортсменов до и после реализации модели.

Методы исследования. В исследовании использовалась: опросник проактивного совладающего поведения в адаптации Е.С. Старченковой, шкала самооценки уровня тревожности Спилбергера. При обработке экспериментальных материалов использовались методы математической статистики.

Результаты

Обоснованность и достоверность полученных результатов обеспечены показателями, соответствующими методологическому выбору, а также использованием методов, соответствующих предмету, цели и задачам исследования и применением методов количественной и качественной обработки данных. В качестве испытуемых выступили игроки футбольных команд в количестве 50-ти человек, 15–16 лет (спортивный клуб «Сахель» и Олимпийский клуб) город Ниамей государства Нигер. Начало исследования – 2019 год. Методологические подходы представляли собой принципы построения исследования, формы и методы научного познания и выявленную закономерность. Разработанная модель психологической подготовки спортсменов к соревнованиям на основе актуализации конструктивного совладающего поведения включает систему принципов

и способов организации и построения практической деятельности и теоретического изучения проблемы.

Данное исследование базировалось на функциях методологического подхода, раскрывающих успешность организации и осуществления изучения совладающего поведения в спортивной подготовке футболистов Нигера. В модели (см. ниже) показаны следующие методологические функции: философско-нормативная, когнитивно-прогностическая, конструктивно-праксеологическая, а также совокупность методов и приемов, вытекающих из методологического подхода. Полученные экспериментальные данные стали ориентиром в разработке индивидуальной психологической траектории подготовки каждого спортсмена с опорой на полученные эмпирические данные. Итог такой деятельности – совладающие и защитные стратегии, позволяющие

понять механизмы разумного принятия решений, адекватного использования эмоций и успешного поведения в спортивных соревнованиях и выработка навыков самообладания; психологическая устойчивость; стрессоустойчивость. В реализации модели приняли участие спортивные психологи, тренеры по адаптивной физической культуре. Это дало результаты, и до настоящего времени футбольный клуб «Сахель» – самый титулованный, одержавший множество побед. Заслуга тренера неопределима в формировании мотива достижения успеха и совладающего поведения в стрессовых ситуациях. Футбольный клуб основан в 2006 году и, благодаря правильному подходу по борьбе с мотивом избегания неудач, уровень психологической устойчивости футболистов высокий.

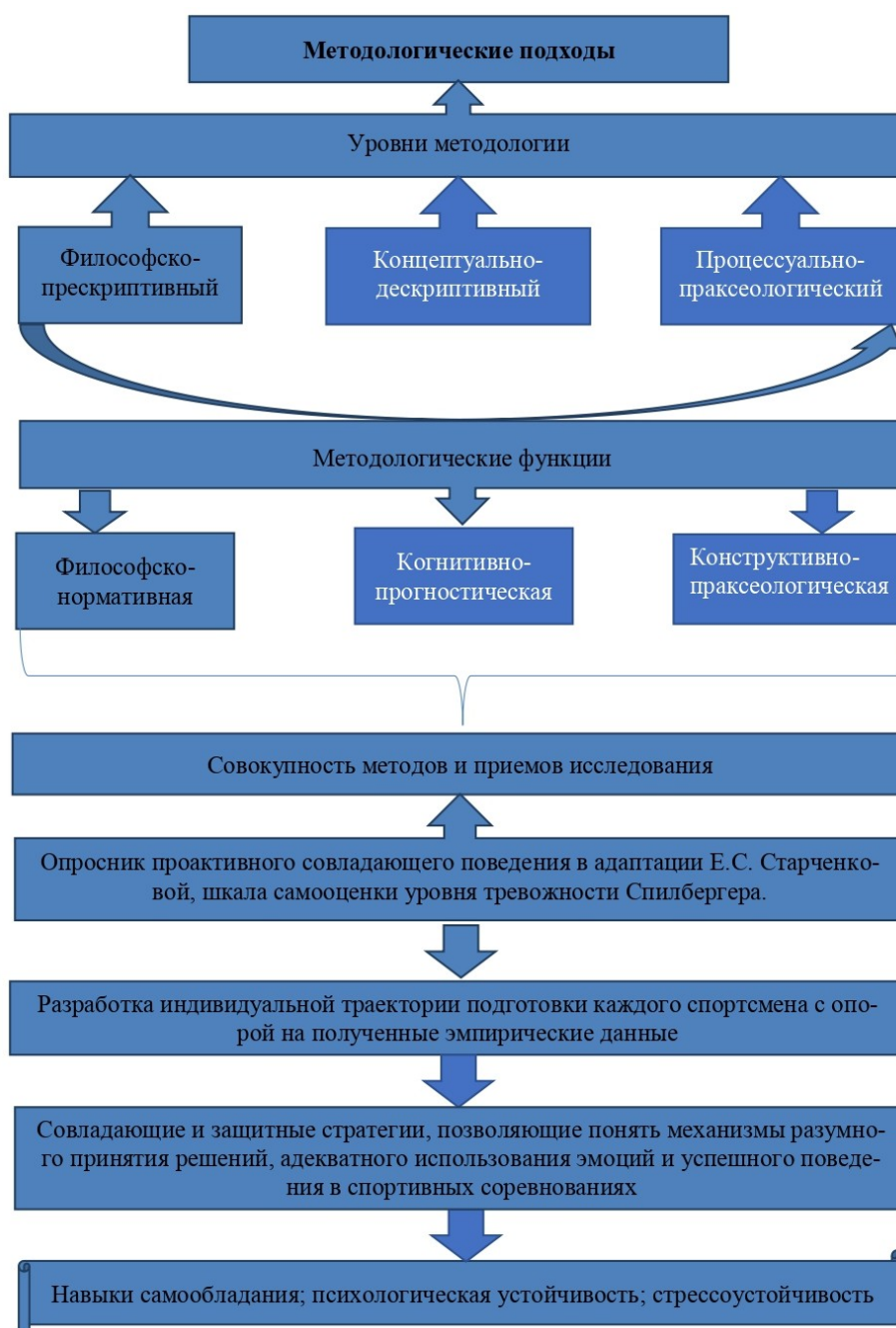


Рисунок 1 – Модель психологической подготовки спортсменов к соревнованиям на основе актуализации конструктивного совладающего поведения

Выводы

Шкала самооценки Ч.Д. Спилбергера использовалась для выявления уровня тревожности в предсоревновательном этапе. Измерение тревожности футболистов как свойства личности проводится регулярно, так как это свойство во многом обуславливает их поведение в футбольных матчах. Реактивная тревожность как эмоциональное состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, озабоченностью проигрыша, астеническими эмоциями, снижающими уровень активности. Для удобства чаще использовался со-

кращенный вариант. Показатели оценки ситуативной тревожности по сокращенному варианту подсчитывались следующим образом:

$$((\sum 1 - \sum 2) + 15) : 4,$$

где $\sum 1$ – сумма баллов по пунктам 2 и 5 подшкал, а $\sum 2$ – сумма баллов по пунктам 1, 3 и 4 подшкал. Полученные результаты отображены на рис. 2.

Интерпретации показателей ориентирована на следующие оценки тревожности: до 30 баллов – низкая; 31–44 балла – умеренная; 45 и более – высокая.

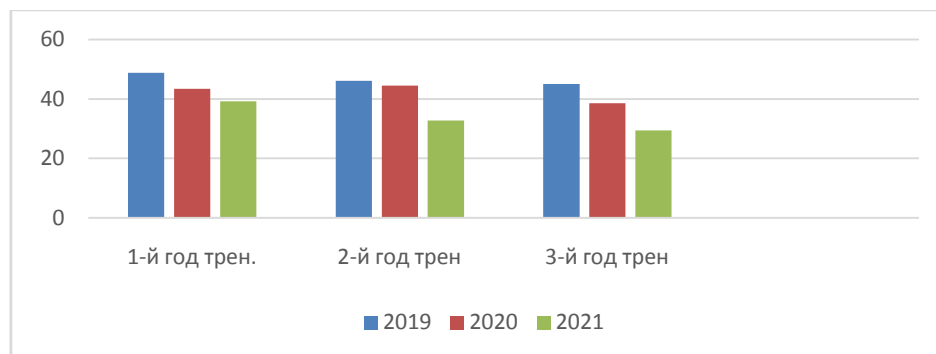


Рис. 2 – Результаты исследования личностной тревожности футболистов (общий показатель по всем испытуемым)

Диаграмма (рис. 2) отражает не только результаты уровня тревожности в целом, но и как менялось эмоциональное состояние футболистов, начиная с первого года тренировок. Есть четкое снижение показателей от года к году. Но, было обнаружено, что на втором году тренировок у некоторых футболистов уровень тревожности практически не снизился. После бесед и консультаций с психологом стало понятно, что преобладала реакция тревоги, во время которой сопротивление организма понижается («фаза шока»), а затем включаются защитные механизмы. Как правило это встречается у футболистов, которые впервые выходили на соревнования из команды запасных игроков. В этом случае реакция тревоги способствует активизации защитных сил организма. Организм меняет свои характеристики, будучи подвергнут стрессу и наступает фаза сопротивления. Разработанные на каждого футболиста индивидуальные траектории подготовки с опорой на полученные эмпирические данные проведенных исследований становятся опорой для выработки навыков самообладания, психологической устойчивости, стрессоустойчивости и совладающего поведения.

Далее постараемся рассмотреть полученные данные по опроснику проактивного совладающего по-

ведения. Этот опросник предназначен для диагностики личностных характеристик спортсменов, подготовляющихся к проживанию стрессовой ситуации и выходу из нее с измененными в сторону повышения личностными ресурсами. Опросник содержит шесть шкал: проактивное преодоление; рефлексивное преодоление; стратегическое планирование; превентивное преодоление; поиск инструментальной поддержки; поиск эмоциональной поддержки.

Целью проведения диагностики было выявление особенностей совладающего поведения, которые развивают личностные ресурсы футболистов при выходе из стрессовой ситуации. Полученные данные представлены в таблице (приведены данные за 2019, 2020 и 2021 годы).

В соответствии с «ключом» подсчитываются суммы баллов по каждой из шкал. Варианты ответов оцениваются следующим образом: «абсолютно не согласен» – 1 балл, «частично согласен» – 2 балла, «скорее согласен, чем не согласен» – 3 балла, «полностью согласен» – 4 балла. Пункты 2, 9, 14 подвергаются обратной оценке. Интерпретация проводится на основании сравнения оценок по каждой из шкал со средними значениями в исследуемой выборке.

Таблица 1 – Результаты выбора проактивных стратегий совладающего поведения в начале исследования (2019 год), в середине эксперимента (2020 год) и мониторинговый срез (2021 год)

Шкалы: копинг-поведение	2019 год	2020 год	2021 год
1 проактивное преодоление	63,50	44,00	27,50
2 рефлексивное преодоление	15,00	12,50	08,00
3 стратегическое планирование	05,00	06,50	07,00
4 превентивное преодоление	35,00	19,00	38,70
5 поиск инструментальной поддержки	15,00	11,10	08,20
6 поиск эмоциональной поддержки.	16,00	35,00	20,50

Полученные данные свидетельствуют о различиях в проактивном совладающем поведении футболистов в зависимости от времени. В частности, особенности использования футболистами стратегий проактивного совладающего поведения показывают снижение показателей ряда проактивных стратегий совладания, что говорит о постепенном овладении навыками предвосхищения потенциальных стрессоров и продумывании наперед действий по нейтрализации различных негативных последствий.

В качестве антистрессовых мероприятий при реализации модели использовались психотехнические игры и упражнения.

Таким образом, в заключение можно сказать, что конструктивные, позитивные стратегии совладающего поведения спортсменов-футболистов положительно связаны с показателями высокого уровня личностно-спортивного совершенствования и характеризуются направленностью на активные, осознанные действия по решению проблемы ситуативной тревоги, отличаются гибкостью при выборе способов и средств преодоления преград к победе в спортивных соревнованиях, стремлением к реали-

зации своих потенциальных возможностей. В свою очередь, неконструктивные стратегии совладающего поведения отрицательно сказываются на уровне личностно-спортивного развития, показывают зависимость от проблемной соревновательной ситуации, уход в проблему, нежелание конструктивно относиться к проигрышам в играх и не направлены на мобилизацию своих ресурсов.

Выявленные особенности динамики личностно-спортивного развития с используемыми стратегиями совладающего поведения позволили сделать вывод о необходимости проведения психологических тренингов, т.е. упражнений личностного совершенствования, формирования коммуникативных и психологических компетенций у спортсменов. Особое внимание уделять развитию эмоционального интеллекта, который также позволяет упорядочить самосовладание.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Блауберг И.В., Юдин Э.Г. Становление и сущность системного подхода. М.: Наука, 1973. 270 с.
2. Ветрова И.И. Совпадающее поведение: современное состояние и перспективы / под ред. А. Л. Журавлева, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. М.: Ин-т психологии РАН, 2008. С. 179–197.
3. Анализ копинг-стратегий подростков делинквентного поведения как условие оптимизации психолого-педагогического сопровождения учащихся / Волченкова Е.В., Кузнецова Е.В., Санникова Ю.П. [и др.] // Science for Education Today. 2020. № 5. С. 84–103. DOI: <http://dx.doi.org/10.15293/2658-6762.2005.05>
4. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. Кострома: Изд-во КГУ им. Н.А. Некрасова, 2004. 354 с.
5. Кузьмина А., Чижова Е., Лаврентьева М. Совладающее поведение спортсменов-экстремалов // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. 2019. Т. 1, № 2. С. 42–51. URL: <http://journal.asu.ru/vfp/article/view/6122>. (дата обращения: 04.03.2022).
6. Кутбидинова Р.А. Психология стресса (виды стрессовых состояний, диагностика, методы саморегуляции): учебно-методическое пособие. Южно-Сахалинск: СахГУ, 2019. 124 с.
7. МЕТОДИКА: Проактивное совладающее поведение / Л. Аспинвалл, Е. Грингласс, Р. Шварцер, С. Тауберт; адаптация Е. Старченкова. URL: <https://cpd-program.ru/methods/mpsp.htm> (дата обращения: 10.03.2022).
8. Муздыбаев К.Н. Стратегия совладания с жизненными трудностями // Журнал социологии и социальной антропологии. 1998. Т. 1, № 2. С. 102–112. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17084987> (дата обращения 05.03.2022).
9. Карвер К., Шейер М., Вейнтрауб Дж. Опросник совладания со стрессом. URL: <https://cpd-program.ru/methods/cope.htm> (дата обращения: 09.03.2022).
10. Трофимова Н.М., Трофимова Н.Б., Поленкина Е.В. Практикум по психологии Человека: учебное пособие / под ред. Н.М. Трофимовой. Воронеж: ВГПУ, 2007.
11. Трофимова Н.Б., Сезин К.А. Основы профессионального самоопределения студентов – будущих педагогов // Казанский педагогический журнал. 2015. № 4-1. С. 139–142.
12. Трофимова Н.Б. Духовное опустошение в юности как возможный результат кризиса идентичности // Norwegian Journal of Development of the International Science. 2021. № 56. С. 68–75.
13. Трофимова Н.Б., Гончаренко Е.С. Нравственное поведение современной молодежи в ситуации кризиса // Современная наука». Серия: Познание. 2020. № 7. С. 95–98.
14. Щелина С.О. Совладающее поведение как ресурс личностно-профессионального развития студентов – психологов (бакалавриата и специалитета): дис. ... канд. психол. наук, М., 2020. 212 с.
15. Щелина С.О. Стратегии совладающего поведения и отношение к временной перспективе студентов-психологов бакалавриата и специалитета // Взаимодействие на преподавателя и студента в условиях на университетского образования: традиции и инновации: сборник с научн. докладами. Габрово, 2018. С. 316–322.
16. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2012. 256 с.
17. Ялтонский В.М. Современные теоретические подходы к исследованию совладающего поведения // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. № 1. URL: <http://medpsy.ru> (дата обращения: 12.03.2022).

References

1. Blauberg, I.V., Yudin, E.G. (1973) *Stanovlenie i sushchnost' sistemnogo podkhoda* [Formation and essence of the system approach]. Moscow, Nauka publ. 270 p. (In Russian)
2. Vetrova, I.I. (2008) *Sovpadayushchee povedenie: sovremennoe sostoyanie i perspektivy* [Coincident behavior: current state and prospects]. Moscow, In-t psikhologii RAN, pp. 179–197. (In Russian)
3. Volchenkova, E.V., Kuznetsova, E.V., Sannikova, Yu.P. et al. (2020) Analiz koping-strategii podrostkov delinkventnogo povedeniya kak uslovie optimizatsii psikhologo-pedagogicheskogo soprovozhdeniya uchashchikhsya [Analysis of coping strategies of adolescents delinquent behavior as a condition for optimizing psychological and pedagogical support of students]. *Science for Education Today*. (5), 84–103, doi: <http://dx.doi.org/10.15293/2658-6762.2005.05> (In Russian)
4. Kryukova, T.L. (2004) *Psikhologiya sovladayushchego povedeniya* [Psychology of coping behavior]. Kostroma, Izd-vo KGU im. N.A. Nekrasova. 354 p. (In Russian)

5. Kuz'mina, A., Chizhova, E., Lavrent'eva, M. (2019) Sovladayushchee povedenie sportsmenov-ekstremalov [Coping behavior of extreme athletes]. *Vestnik psikhologii i pedagogiki Altaiskogo gosudarstvennogo universiteta*. 1 (2), 42–51. Available at: <http://journal.asu.ru/vfp/article/view/6122> (accessed 04.03.2022). (In Russian)
6. Kutbiddinova, R.A. (2019) *Psikhologiya stressa (vidy stressovykh sostoyanii, diagnostika, metody samoregulyatsii)* [Psychology of stress (types of stress states, diagnostics, methods of self-regulation): educational and methodical manual]. Yuzhno-Sakhalinsk, SakhGU. 124 p. (In Russian)
7. Aspinvall, L., Gringlass, E., Shvartser, R., Taubert, S. *METODIKA: Proaktivnoe sovladayushchee povedenie* [METHODOLOGY: Proactive coping behavior]. Available at: <https://cpd-program.ru/methods/mpsp.htm> (accessed 10.03.2022). (In Russian)
8. Muzdybaev, K.N. (1998) Strategiya sovladaniya s zhiznennymi trudnostyami [Strategy of coping with life difficulties]. *Zhurnal sotsiologii i sotsial'noi antropologii*. 1 (2), 102–112. Available at: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17084987> (accessed 05.03.2022). (In Russian)
9. Karver, K., Sheier, M., Veintraub, Dzh. *Oprosnik sovladaniya so stressom* [Questionnaire of coping with stress]. Available at: <https://cpd-program.ru/methods/cope.htm> (accessed 09.03.2022). (In Russian)
10. Trofimova, N.M., Trofimova, N.B., Polenyakina, E.V. (2007) *Praktikum po psikhologii Cheloveka* [Practicum on human psychology]. Voronezh, VGPU. (In Russian)
11. Trofimova, N.B., Sezin, K.A. (2015) Osnovy professional'nogo samoopredeleniya studentov – budushchikh pedagogov [Fundamentals of professional self-determination of students – future teachers]. *Kazanskii pedagogicheskii zhurnal*. (4-1), 139–142. (In Russian)
12. Trofimova, N.B. (2021) Dukhovnoe opustoshenie v yunosti kak vozmozhnyi rezul'tat krizisa identichnosti [Spiritual devastation in youth as a possible result of the identity crisis]. *Norwegian Journal of Development of the International Science*. (56), 68–75. (In Russian)
13. Trofimova, N.B., Goncharenko, E.S. (2020) Nравственное поведение современной молодежи в ситуации кризиса [Moral behavior of modern youth in a crisis situation]. *Sovremennaya nauka. Seriya: Poznanie*. (7), 95–98. (In Russian)
14. Shchelina, S.O. (2020) *Sovladayushchee povedenie kak resurs lichnostno-professional'nogo razvitiya studentov – psikhologov (bakalavriata i spetsialiteta)*. Diss. kand. psikhol. nauk [Coping behavior as a resource of personal and professional development of psychology students (bachelor's degree and specialty). Cand. psychol. sci. diss.]. Moscow. 212 p. (In Russian)
15. Shchelina, S.O. (2018) Strategies of coping behavior and attitude to the time perspective of undergraduate and specialist psychology students. In: *Interaction between a teacher and a student in terms of university education: traditions and innovations: a collection of scientific reports*. Gabrovo, pp. 316–322. (In Russian)
16. Shcherbatykh, Yu.V. (2012) *Psikhologiya stressa i metody korrektsii* [Psychology of stress and methods of correction]. St. Petersburg, Piter publ. 256 p. (In Russian)
17. Yaltonskii, V.M. (2010) Sovremennye teoreticheskie podkhody k issledovaniyu sovladayushchego povedeniya [Modern theoretical approaches to the study of coping behavior]. *Meditinskaya psikhologiya v Rossii*. (1). Available at: <http://medpsy.org> (accessed 12.03.2022). (In Russian)

Поступила в редакцию 14.02.2022
Подписана в печать 28.03.2022

Original article
UDC 167.7
DOI 10.47438/2309-7078_2022_1_128

METHODOLOGICAL APPROACHES TO DETERMINING THE COPING BEHAVIOR OF ATHLETES IN THE PRE-COMPETITIVE STAGE (ON THE EXAMPLE OF FOOTBALL PLAYERS IN NIGER)

Natalia B. Trofimova¹, Idi Maman Bachir²

Voronezh State Pedagogical University^{1, 2}
Voronezh, Russia

¹Dr. Psychol. Sciences, Professor of the Department of General and Pedagogical Psychology,
e-mail: n_trofimova@mail.ru

²Postgraduate Student of the Department of General and Pedagogical Psychology,
e-mail: maifadabachir@gmail.com

Abstract. The article is devoted to the study of methodological approaches to coping behavior of athletes in the pre-competition stage. The players of several football teams of Niger acted as the subjects. The interrelation of coping behavior and personal development of athletes is proved, namely, constructive coping strategies positively correlate with integral personal characteristics, non-constructive ones – negatively. The analysis of the results of the study allowed us to develop a training plan for football players with a high level of anxiety, based on the methods of sports psychology, including: the formation of a motive for success; an individual corrective program to combat the motive of avoiding failures and reducing anxiety.

Keywords: coping behavior, athletes, pre-competitive stage, methodology, anxiety, achievement motive, failure avoidance motive, stress.

Cite as: Trofimova, N.B., Bachir Idi Maman. (2022) Methodological approaches to determining the coping behavior of athletes in the pre-competitive stage (on the example of football players in Niger). *Izvestia Voronezh State Pedagogical University*. (1), 128–133. DOI 10.47438/2309-7078_2022_1_128 (In Russ., abstract in Eng.)

Received 14.02.2022
Accepted 28.03.2022