



Серия «Психология»
2024. Т. 49. С. 78–90
Онлайн-доступ к журналу:
<http://izvestiapsy.isu.ru/ru>

ИЗВЕСТИЯ
*Иркутского
государственного
университета*

Научная статья

УДК 159.9:796
<https://doi.org/10.26516/2304-1226.2024.49.78>

Связь локуса контроля и смысложизненных ориентаций у спортсменов разных уровней мастерства

А. И. Харитоновна*

Центральный спортивный клуб Армии, г. Москва, Россия

Аннотация. Рассматривается связь между локусом контроля и смысложизненными ориентациями у спортсменов разных уровней мастерства, а также оценивается влияние уровня мастерства как модератора в этой взаимосвязи. Выявлено, что как интернальность, так и экстернальность играют значимую роль в данном процессе. Отмечается, что спортсмены-интерналы демонстрируют более высокие показатели осмысленности жизни по сравнению с экстерналами. Также наблюдается тенденция к росту осмысленности жизни с увеличением уровня спортивного мастерства, однако не было установлено взаимодействия между локусом контроля и уровнем мастерства, что указывает на независимость локуса контроля и смысложизненных ориентаций от квалификации спортсменов. Результаты показывают, что внутренний локус контроля связан с позитивным восприятием жизни, а уровень мастерства влияет на некоторые из этих связей, но не выступает модератором.

Ключевые слова: локус контроля, интернальность, экстернальность, спортсмен, уровень мастерства, смысложизненные ориентации, модерация.

Для цитирования: Харитоновна А. И. Связь локуса контроля и смысложизненных ориентаций у спортсменов разных уровней мастерства // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2024. Т. 49. С. 78–90. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2024.49.78>

Original article

Relationship between Locus of Control and Life-Purpose Orientations of Sportsmen with Varying Skill Levels

A. I. Kharitonova*

Central Sports Club of the Army, Moscow, Russian Federation

Abstract. The article considers the relation between locus of control and life-purpose orientations of sportsmen with varying skill level, and determines the influence of a skill level as a moderator in this relationship. The study has found that both internality and externality play a significant role in this process. Sportsmen-internals show higher indices of life meaningfulness compared to externals. There is also a tendency in the increase of life meaningfulness with a higher sports skill. Yet, no relationship between locus of control and a skill level has been found, which demonstrates that locus of control and life-purpose orientations do not depend on a skill level of a sportsman. The results show that internal locus of control correlates with a positive view of life, while a skill level influences some of these relations not being a moderator.

© Харитоновна А. И., 2024

*Полные сведения об авторе см. на последней странице статьи.
For complete information about the author, see the last page of the article.

Keywords: locus of control, internality, externality, sportsman, skill level, life-purpose orientations, moderation.

For citation: Kharitonova A. I. Relationship between Locus of Control and Life-Purpose Orientations of Sportsmen with Varying Skill Levels. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2024, vol. 49, pp. 78-90. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2024.49.78> (in Russian)

Введение

В условиях напряженных тренировок, интенсивной конкуренции и высоких ожиданий понимание внутренних факторов, влияющих на целеполагание спортсменов, становится особенно важным. Одним из таких факторов является локус контроля.

Локус контроля – это концепция, которая относится к обобщенным ожиданиям относительно того, в какой степени подкрепление находится под внутренним или внешним контролем [Lefcourt, 1981].

Подкрепление воспринимается как частично зависящее от действий субъекта и интерпретируется как удача или случай – вера во внешний контроль (экстернальность). В то время как убеждение, что событие напрямую зависит от поведения или личных качеств человека, называется верой во внутренний контроль (интернальность) [Rotter, 1975].

В контексте спорта «локус контроля определяется как уровень осознания личностью своей способности управлять событиями собственной жизни и готовность нести ответственность за них» [Ольшанская, Баскакова, 2013, с. 61]. Это выражается в степени, в которой спортсмен принимает ответственность за свои спортивные достижения и неудачи, а также в эффективности самоанализа результатов успехов и неудач в соревнованиях и тренировках [Огородова, 2013].

Исследования показывают, что с ростом мастерства у спортсменов развивается интернальная стратегия поведения [Остапенко, Баркалова, 2020], при которой преобладает интернальный уровень контроля в области достижений, возрастая по мере совершенствования их спортивных навыков [Индивидуальный профиль уровня ... , 2021]. Спортсмены-интерналы, в отличие от спортсменов-экстерналов, показывают более высокую соревновательную результативность [Романина, Кузина, 2020] и менее подвержены эмоциональному выгоранию [Гринь, 2006].

Интернальный локус контроля предполагает, что спортсмен анализирует свои ошибки, имеет высокую потребность в тренировках и оттачивает мастерство, что может способствовать более высокому уровню профессиональной подготовки [Токарева, 2018]. Он также является предиктором психологического благополучия [Nwankwo, Okechi, Kalu, 2017].

Изучение взаимосвязи между локусом контроля и смысложизненными ориентациями спортсменов позволяет выявить внутренние механизмы, которые могут способствовать или препятствовать достижению поставленных целей. Так, локус контроля, определяющий, в какой степени спортсмен считает подкрепление зависящим от его собственных действий, напрямую влияет на формирование его смысложизненных ориентаций.

Смысложизненные ориентации спортсменов представляют собой систему управления психикой и поведением в экстремальных условиях спортивной жизни. Они формируются на основе спортивного опыта и придают смысл спортивной деятельности [Андреев, Андреев, Сытник, 2021]. Осмысленность в спорте и общая структура жизненного смысла связаны с подходом спортсменов к тренировкам и соревнованиям, и эта взаимосвязь зависит от уровня их мастерства [Beyond health and ... , 2020].

Смысложизненные ориентации спортсменов играют важную роль в их профессиональной успешности [Бакуняева, 2017]. По мере роста спортивного мастерства и квалификации, у них четче вырисовываются жизненные цели, а сама жизнь становится более насыщенной [Коваленко, 2010]. Результаты научных работ подтверждают высокую значимость смысловых ориентаций в спорте, особенно на более высоких уровнях мастерства [Уляева, 2023].

Учет уровня мастерства спортсменов является особенно значимым в данном исследовании, поскольку разные уровни мастерства могут модифицировать влияние локуса контроля на смысловые ориентации. Это связано с различиями в опыте, профессиональных требованиях и личных амбициях спортсменов. Понимание взаимодействия локуса контроля и уровня мастерства, а также их влияния на смысловые ориентации может предоставить ценную информацию для разработки более эффективных программ психологической поддержки спортсменов, что, в свою очередь, может способствовать улучшению их спортивных результатов.

Таким образом, исследование взаимосвязи между локусом контроля и смысловыми ориентациями у спортсменов разного уровня мастерства является актуальным и востребованным, так как оно направлено на решение важных задач в области спортивной психологии и повышение эффективности спортивной подготовки.

Целью исследования является изучение связи между локусом контроля и смысловыми ориентациями у спортсменов, а также оценка влияния уровня мастерства как модератора этой взаимосвязи.

Организация и методы исследования

В исследовании приняли участие 184 члена женской сборной команды России по дзюдо и самбо ($M = 25,641$; $SD = 4,588$). Из них 87 спортсменов являются мастерами спорта (МС), 63 – мастерами спорта международного класса (МСМК), и 34 – заслуженными мастерами спорта (ЗМС).

Для выявления доминирующего локуса контроля у спортсменов, а именно определения интернальности или экстернальности их личности, использовался опросник «Уровень субъективного контроля» (УСК) (авторы Е. Ф. Бажин, Е. А. Голынкина, А. М. Эткинд) [Фетискин, Козлов, Мануйлов, 2005].

Для оценки смысловых ориентаций применялся Тест смысловых ориентаций (СЖО) в адаптации Д. А. Леонтьева [2000].

Основным методом математико-статистической обработки данных в исследовании является регрессионный анализ с модерацией, который позволяет изучить связь между локусом контроля и смысложизненными ориентациями спортсменов, а также определить, как уровень мастерства модифицирует эту взаимосвязь.

Перед проведением регрессионного анализа был применен критерий хи-квадрат для выявления различий между уровнями мастерства и интернальностью/экстернальностью спортсменов.

Обработка данных осуществлялась в статистической программе Jamovi 2.5.3.

Результаты исследования и их обсуждение

В ходе исследования, проведенного с использованием методики «УСК», были выявлены две группы спортсменов: спортсмены с развитым внутренним локусом контроля (интерналы) – 105 чел. (57,06 %) и спортсмены с преобладающим внешним локусом контроля (экстерналы) – 79 чел. (42,93 %).

Интерналы характеризуются высоким уровнем самоконтроля в ситуациях любой значимости. Эти спортсмены верят в свои силы и успешно достигают поставленных целей, считая, что добились всего самостоятельно. Они уверены, что большинство важных событий в их жизни зависит от их личных качеств и является закономерным следствием их собственной деятельности.

Экстерналы, напротив, обладают средним или низким уровнем самоконтроля. Хотя спортсмены могут осознавать связь между своими действиями и значимыми событиями, они считают, что не могут контролировать их развитие. Свои успехи и достижения они приписывают внешним обстоятельствам, снимая с себя ответственность за происходящее, и предпочитают оставлять принятие решений другим.

На рисунке показано распределение спортсменов по уровням мастерства. В частности, среди интерналов доля мастеров спорта составляет 23,9 %, мастеров спорта международного класса – 21,2 %, а заслуженных мастеров спорта – 12 %. Для экстерналов эти показатели равны 23,4 % для МС, 13 % для МСМК и 6,5 % для ЗМС. Данное распределение является однородным: согласно критерию хи-квадрат, не было обнаружено статистически значимых различий между интерналами и экстерналами по уровням спортивного мастерства: $\chi^2(2, 184) = 2,908$, при $p > 0,05$.

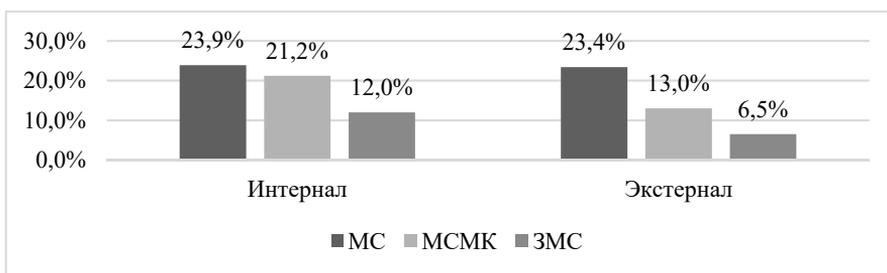


Рис. Распределение спортсменов по уровням мастерства

В дальнейшем анализе был использован регрессионный анализ с модерацией, в котором в качестве модератора выступало «спортивное мастерство» (категории: МС, МСМК, ЗМС), а независимой переменной являлся «локус контроля» (интернал – экстернал). Зависимой переменной стали субшкалы теста смысловых ориентаций (СЖО).

В табл. 1 представлены результаты регрессионного анализа, в котором в качестве зависимой переменной выступала субшкала «цели в жизни» Теста смысловых ориентаций. Данная субшкала характеризует наличие или отсутствие у спортсменов будущих целей, которые придают им осмысленность жизни, направленность и перспективу.

Таблица 1

Регрессионный анализ по субшкале «цели в жизни»

Переменная	Модель 1			Модель 2		
	B	β	SE	B	β	SE
Константа	38,332***		0,583	37,795***		0,673
Интернал – экстернал	3,812***	0,785***	0,671	2,726**	0,561**	0,957
МСМК – МС	0,739	0,152	0,743	1,692	0,348	0,981
ЗМС – МС	1,013	0,209	0,909	1,886	0,388	1,165
Мастерство × локус контроля:						
(МСМК – МС) × (интернал – экстернал)				2,178	0,448	1,502
(ЗМС – МС) × (интернал – экстернал)				2,039	0,420	1,865
R^2	0,168***			0,180***		
ΔR^2				0,012		

Статистическая значимость: ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

В модели 1 регрессионного анализа были включены категориальные переменные «локус контроля» и «уровень мастерства спортсмена». Данная модель объясняет 16,8 % дисперсии целей в жизни спортсменов ($R^2 = 0,168$, $F(3, 180) = 12,121$, $p < 0,001$).

Модель 2. Взаимодействие между локусом контроля и уровнем мастерства спортсмена добавляет 1,2 % к объясненной дисперсии ($p = 0,284$), что указывает на отсутствие значимого взаимодействия между этими переменными. Это означает, что связь между локусом контроля и целями в жизни одинакова на различных уровнях мастерства.

Общая модель статистически значима и объясняет 18 % дисперсии целей в жизни спортсменов ($R^2 = 0,180$, $F(5, 178) = 7,801$, $p < 0,001$).

Спортсмены с внутренним локусом контроля (интерналы) чаще устанавливают жизненные и долгосрочные цели, которые придают смысл, направление и перспективу их жизни. В отличие от них, спортсмены с внешним локусом контроля (экстерналы) реже ставят такие цели. Однако для обеих групп спортсменов не выявлено значимого модулирующего эффекта уровня их мастерства на связь между локусом контроля и целями в жизни.

В табл. 2 представлены результаты регрессионного анализа, в котором в качестве зависимой переменной выступала субшкала «процесс жизни». Эта субшкала отражает, насколько спортсмен воспринимает свою жизнь как увлекательный и насыщенный эмоциями процесс, наполненный смыслом и целью.

Таблица 2

Регрессионный анализ по субшкале «процесс жизни»

Переменная	Модель 1			Модель 2		
	B	β	SE	B	β	SE
Константа	34,984***		0,576	35,364***		0,666
Интернал – экстернал	2,526***	0,534***	0,664	3,294***	0,696***	0,948
МСМК – МС	1,565*	0,331*	0,735	0,662	0,140	0,972
ЗМС – МС	2,937***	0,62***	0,899	2,727*	0,576*	1,154
Мастерство \times локус контроля:						
(МСМК – МС) \times (интернал – экстернал)				2,143	0,453	1,487
(ЗМС – МС) \times (интернал – экстернал)				0,286	0,060	1,847
R^2	0,142***			0,153***		
ΔR^2				0,010		

Статистическая значимость: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

В модели 1 у интерналов процесс жизни оценивается на 2,526 балла выше, чем у экстерналов, что является статистически значимым при уровне $p < 0,001$. Мастерство спортсменов также вносит уникальный вклад в восприятие процесса жизни: различие между спортсменами МСМК и МС составляет 1,565 балла ($p = 0,35$), а между ЗМС и МС – 2,937 балла ($p = 0,001$). Эта модель объясняет 14,2 % дисперсии процесса жизни спортсменов ($R^2 = 0,142$, $F(3, 180) = 9,958$, $p < 0,001$).

В модели 2 рассматривается взаимодействие между локусом контроля и уровнем мастерства спортсмена, что добавляет 0,1 % к объясненной дисперсии ($p = 0,337$), указывая на отсутствие значимого взаимодействия между этими переменными. Это означает, что связь между локусом контроля и процессом жизни не зависит от уровня мастерства.

Общая модель статистически значима и объясняет 15,3 % дисперсии процесса жизни спортсменов ($R^2 = 0,153$, $F(5, 178) = 6,419$, $p < 0,001$). Также выявлены различия между мастерами спорта интерналами и экстерналами. Наблюдается тенденция к увеличению интереса к процессу жизни с повышением уровня мастерства спортсмена, независимо от их локуса контроля. С ростом мастерства у спортсменов процесс жизни становится более увлекательным, эмоционально насыщенным и наполненным смыслом.

В табл. 3 представлены результаты регрессионного анализа, в котором в качестве зависимой переменной выступала субшкала «результат жизни». Данная субшкала позволяет оценить, как спортсмен воспринимает пройденный этап своей жизни, а также насколько он считает его продуктивным и наполненным смыслом.

В модели 1 локус контроля и уровень мастерства спортсменов объясняют 6,2 % дисперсии результата жизни спортсменов ($R^2 = 0,062$, $F(3, 180) = 3,939$, $p = 0,009$). У интерналов результат жизни оценивается на 1,291 балла выше, чем у экстерналов ($p = 0,016$). Также выявлены значимые различия между ЗМС и МС на 1,489 балла ($p = 0,04$).

Таблица 3

Регрессионный анализ по субшкале «результат жизни»

Переменная	Модель 1			Модель 2		
	B	β	SE	B	β	SE
Константа	30,408***		0,462	30,341***		0,537
Интернал – экстернал	1,291*	0,356	0,532	1,155	0,319	0,763
МСМК – МС	0,703	0,194	0,589	0,813	0,224	0,783
ЗМС – МС	1,489*	0,411*	0,72	1,614	0,445	0,930
Мастерство \times локус контроля:						
(МСМК – МС) \times (интернал – экстернал)				0,249	0,069	1,198
(ЗМС – МС) \times (интернал – экстернал)				0,300	0,083	1,488
R^2	0,062**			0,062*		
ΔR^2				0,00		

Статистическая значимость: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$, *** $p < 0,001$.

Во второй модели взаимодействие между локусом контроля и уровнем мастерства спортсмена не вносит значимого вклада в объяснение дисперсии (0 %), что указывает на отсутствие взаимодействия между этими переменными. Связь между локусом контроля и результатами жизни одинакова на всех уровнях мастерства.

Общая модель статистически значима и объясняет 6,2 % дисперсии результата жизни спортсменов ($R^2 = 0,062$, $F(5, 178) = 2,350$, $p = 0,043$). Интерналы имеют более высокие баллы по шкале «процесс жизни» по сравнению с экстерналами. Кроме того, уровень мастерства также влияет на эти показатели, различия наблюдаются между ЗМС и МС. Исследование показало схожую тенденцию для обеих групп спортсменов – интерналов и экстерналов. С увеличением уровня мастерства спортсмена, независимо от его локуса контроля, возрастает удовлетворенность результатами жизни, а также ощущение её продуктивности и осмысленности.

В табл. 4 отражены результаты регрессионного анализа, где зависимой переменной выступала субшкала «локус контроля – Я». Эта шкала оценивает, насколько спортсмен считает себя сильной личностью, способной контролировать свою жизнь и принимать решения, соответствующие его целям.

Таблица 4

Регрессионный анализ по субшкале «локус контроля – Я»

Переменная	Модель 1			Модель 2		
	B	β	SE	B	β	SE
Константа	24,545***		0,368	24,364***		0,427
Интернал – экстернал	1,662***	0,561***	0,424	1,294*	0,437*	0,608
МСМК – МС	0,484	0,164	0,470	0,816	0,275	0,623
ЗМС – МС	1,129	0,381	0,574	1,409	0,476	0,740
Мастерство \times локус контроля:						
(МСМК – МС) \times (интернал – экстернал)				0,761	0,257	0,954
(ЗМС – МС) \times (интернал – экстернал)				0,646	0,218	1,184
R^2	0,107***			0,110***		
ΔR^2				0,004		

Статистическая значимость: * $p < 0,05$, *** $p < 0,001$.

Первая модель объясняет 10,7 % дисперсии в субшкале «локус контроля – Я» ($R^2 = 0,107$, $F(3, 180) = 7,170$, $p < 0,001$). Выявлены значимые различия между интерналами и экстерналами ($p < 0,001$), в то время как различий по уровням мастерства не обнаружено.

Во второй модели взаимосвязь между локусом контроля и уровнем мастерства спортсмена вносит лишь 0,4 % в объяснение дисперсии ($p = 0,696$), данные показатели незначимы и указывают на отсутствие взаимного влияния между этими переменными. Связь между локусом контроля и субшкалой «локус контроля – Я» остается одинаковой на всех уровнях мастерства. Таким образом, модерация не вносит значимого вклада в модель, и влияние локуса контроля на данную субшкалу не зависит от уровня мастерства спортсмена. Тем не менее наблюдается тенденция к тому, что с ростом уровня мастерства у спортсменов увеличиваются показатели по субшкале «локус контроля – Я». Спортсмены с более высоким уровнем мастерства начинают воспринимать себя как более сильные личности, способные контролировать свою жизнь и принимать решения в соответствии со своими целями.

Общая модель статистически значима и объясняет 11 % дисперсии ($R^2 = 0,110$, $F(5, 178) = 4,417$, $p < 0,001$).

Результаты регрессионного анализа, в котором зависимой переменной была субшкала «локус контроля – жизнь», представлены в табл. 5. Параметры данной подшкалы показывают, в какой степени спортсмен чувствует уверенность в своей способности влиять на свою жизнь.

Таблица 5

Регрессионный анализ по субшкале «локус контроля – жизнь»

Переменная	Модель 1			Модель 2		
	B	β	SE	B	β	SE
Константа	36,845***		0,603	37,114***		0,697
Интернал – экстернал	3,431***	0,689***	0,694	3,974***	0,798***	0,992
МСМК – МС	0,128	0,026	0,769	-0,037	-0,007	1,017
ЗМС – МС	2,101*	0,422	0,940	1,114	0,224	0,940
Мастерство \times локус контроля:						
(МСМК – МС) \times (интернал – экстернал)				0,272	0,055	1,556
(ЗМС – МС) \times (интернал – экстернал)				2,580	0,518	1,933
R^2	0,152***			0,160***		
ΔR^2	0,009					

Статистическая значимость: * $p < 0,05$, *** $p < 0,001$.

Первая модель объясняет 15,2 % дисперсии по субшкале «локус контроля – жизнь» ($R^2 = 0,152$, $F(3, 180) = 10,731$, $p < 0,001$). У спортсменов с внутренним локусом контроля баллы по данной шкале на 3,431 выше, чем у спортсменов с внешним локусом контроля, что является статистически значимым при $p < 0,001$. Разница в степени мастерства спортсменов между ЗМС и МС составляет 2,101 балла ($p = 0,027$).

Во второй модели связь между локусом контроля и уровнем мастерства спортсмена добавляет лишь 0,9 % к объясненной дисперсии ($p = 0,397$), что указывает на отсутствие значимого взаимодействия между этими перемен-

ными. Это означает, что связь между локусом контроля и субшкалой «локус контроля – жизнь» не зависит от уровня мастерства спортсмена.

Общая модель статистически значима и объясняет 16 % дисперсии ($R^2 = 0,160$, $F(5, 178) = 6,805$, $p < 0,001$).

Спортсмены с внутренним локусом контроля, имеющие звания МС и МСМК, демонстрируют более высокие показатели по субшкале «локус контроля – жизнь» по сравнению с экстерналами того же уровня мастерства. Тем не менее среди ЗМС данный показатель не различается между интерналами и экстерналами. Таким образом, спортсмены-интерналы независимо от своего уровня мастерства (МС, МСМК, ЗМС), а также ЗМС-экстерналы убеждены в своей способности самостоятельно принимать решения и воплощать их в реальность.

Результаты регрессионного анализа, в котором в качестве зависимой переменной выступала общий показатель осмысленности жизни, представлены в табл. 6. Общий показатель осмысленности жизни подразумевает, что каждый человек в конкретной ситуации имеет возможность сделать выбор в настоящем, который может проявляться в виде действия, поступка или бездействия. Этот выбор основывается на сформированном восприятии смысла жизни или его отсутствии.

Таблица 6

Регрессионный анализ по субшкале «осмысленность жизни»

Переменная	Модель 1			Модель 2		
	B	β	SE	B	β	SE
Константа	120,324***		1,550	120,0***		1,799
Интернал – экстернал	8,911***	0,693***	1,785	8,256***	0,642***	2,559
МСМК – МС	1,896	0,148	1,977	1,974	0,154	2,624
ЗМС – МС	5,821*	0,453*	2,417	7,227*	0,562*	3,116
Мастерство \times локус контроля:						
(МСМК – МС) \times (интернал – экстернал)				0,010	0,001	4,017
(ЗМС – МС) \times (интернал – экстернал)				3,721	0,290	4,989
R^2	0,158***			0,161***		
ΔR^2				0,003		

Статистическая значимость: * $p < 0,05$, *** $p < 0,001$.

В первой модели у спортсменов с внутренним локусом контроля общий уровень осмысленности жизни оценивается на 8,911 балла выше, чем у спортсменов с внешним локусом контроля, что является статистически значимым при уровне $p < 0,001$. Также уровень мастерства спортсменов оказывает влияние на осмысленность жизни: различия между ЗМС и МС составляют 5,821 балла ($p = 0,017$). Эта модель объясняет 15,8 % дисперсии осмысленности жизни спортсменов ($R^2 = 0,158$, $F(3, 180) = 11,282$, $p < 0,001$).

Во второй модели взаимодействие между локусом контроля и уровнем мастерства спортсмена добавляет лишь 0,3 % к объясненной дисперсии ($p = 0,733$), что указывает на отсутствие значимого взаимодействия между этими переменными. Это означает, что связь между локусом контроля и осмысленностью жизни не зависит от уровня мастерства.

Итоговая модель статистически значима и объясняет 16,1 % дисперсии ($R^2 = 0,161$, $F(5, 178) = 6,842$, $p < 0,001$).

У всех спортсменов осмысленность жизни коррелирует как со спортивным званием, так и с локусом контроля. Спортсмены-интерналы демонстрируют более высокие баллы по сравнению с экстерналами. Кроме того, с увеличением уровня мастерства наблюдается рост осмысленности жизни.

Выводы

Исследование связи между локусом контроля и смысложизненными ориентациями у спортсменов разных уровней мастерства выявило, что как внутренний, так и внешний локус контроля имеют важное значение для понимания смысложизненных ориентаций спортсменов. Спортсмены-интерналы демонстрируют более высокие показатели осмысленности жизни, по сравнению с экстерналами, и наблюдается тенденция к увеличению осмысленности жизни с повышением уровня мастерства.

Также было установлено отсутствие взаимодействия между локусом контроля и уровнем мастерства, что указывает на то, что связь между локусом контроля и смысложизненными ориентациями не зависит от уровня мастерства. Это подтверждает, что внутренний локус контроля является важным фактором, независимо от спортивного звания.

В целом результаты исследования показывают, что внутренний локус контроля связан с более позитивным восприятием различных аспектов жизни у спортсменов. Уровень мастерства вносит вклад в некоторые из этих связей, но не оказывает модулирующего эффекта. Полученные данные подчеркивают важность развития внутреннего локуса контроля спортсменов для повышения осмысленности их жизни и успешности в спорте.

Понимание роли локуса контроля в связи со смысложизненными ориентациями может помочь тренерам и спортивным психологам адаптировать методы подготовки, учитывая индивидуальные особенности спортсменов. Например, акцент на развитие внутреннего локуса контроля может способствовать улучшению результатов и повышению удовлетворенности от занятий спортом.

Список литературы

Андреев В. В., Андреев В. В., Сытник Г. В. Психологические особенности смысложизненных ориентаций спортсменов // Место и роль физической культуры в современном мире: сборник статей и тезисов докладов Всероссийской научно-практической конференции (19–20 мая 2021 г.). СПб. : Скифия-принт, 2021. С. 99–104.

Бакуняева Д. С. Взаимосвязи смысложизненных ориентаций и индивидуально-типологических особенностей спортсменов с разным уровнем профессиональной успешности // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2017. № 7. С. 26.

Гринь Е. И. Личностные ресурсы самореализации спортсменов // Тезисы докладов XXXIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа / под ред. В. А. Якобашвили, А. И. Погребного. Краснодар : Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. 2006. Ч. 1. С. 46–47.

Индивидуальный профиль уровня субъективного контроля девушек-паралимпийцев / С. М. Гальшева [и др.] // Теория и практика физической культуры. 2021. № 1. С. 71–72.

Коваленко А. В. Особенности смысложизненных ориентаций спортсменов различной квалификации в экстремальных видах спорта // Спортивный психолог. 2010. № 3 (21). С. 31–33.

Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). М. : Смысл, 2000. 18 с.

Огородова Т. В. Психология спорта : учеб. пособие. Ярославль : ЯрГУ, 2013. 120 с.

Ольшанская С. А., Баскакова Е. Н. Особенности реакций на неудачи во взаимосвязи с уровнем субъективного контроля у спортсменов подросткового возраста // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2013. № 3. С.60–65.

Остапенко Р. И., Баркалова Е. В. Исследование личностных особенностей спортсменов с помощью методов структурного моделирования // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта : материалы XVIII Всерос. науч.-практ. конф. Кемерово, 18 нояб. 2020 г. Кемерово : Кемерово. гос. ун-т, 2020. С. 31–33.

Романина Е. В., Кузина А. И. Взаимосвязь внутреннего и внешнего локуса контроля у волейболисток с соревновательной результативностью // Рудиковские чтения – 2020 : материалы XVI Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. Москва, 28–29 мая 2020 г. / под ред. Ю. В. Байковского, В. Ф. Сопова, В. А. Москвина. М. : Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), 2020. С. 96–101.

Токарева В. Б. Исследование условий педагогического сопровождения формирования локуса контроля у спортсменов // Стратегическое развитие индустрии туризма и гостеприимства : материалы Всерос. науч.-практ. Конф. студентов, аспирантов и молодых ученых. Сочи, 19–20 окт. 2018 г. / отв. ред. Л. Н. Приходько. Сочи : Сочин. гос. ун-т, 2018. Ч. 2. С. 515–522.

Уляева Л. Г. Личностные ресурсы спортсменов: структура, содержание, психологические условия их реализации в детско-юношеском спорте. М. : Перспектива, 2023. 216 с.

Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005. 490 с.

Beyond health and happiness: an exploratory study into the relationship between craftsmanship and meaningfulness of sport / N. Ronkainen [et al.] // *Sociology of sport journal*. 2020. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/343789013> (date of access: 12.07.2024).

Lefcourt H. M. Research with the locus of control construct. New York : Academic Press, 1981. 410 p.

Nwankwo B. C., Okechi B. C., Kalu O. E. Role of locus of control and gender on psychological well-being among youth athletes. *Journal of psychology and sociological studies*. 2017. Vol. 1, N 1. P. 177–185 Available at: <https://journals.aphriapub.com/index.php/JPSS/article/view/59> (date of access: 12.07.2024).

Rotter J. B. Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement // *Journal of consulting and clinical psychology*. 1975. Vol. 43, N 1. P. 56–67. <https://doi.org/10.1037/h0076301>

References

Andreev V.V., Andreev V.V., Sytnik G.V. Psikhologicheskie osobennosti smyslozhiznennykh orientatsii sportsmenov [Psychological features of sense of athletes]. *Mesto i rol' fizicheskoi kul'tury v sovremennom mire: sbornik statei i tezisov dokladov Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii (19–20 maya 2021 g.)* [The place and role of physical culture in the modern world: collection of articles and abstracts of reports from the all-Russian scientific and practical conference (may 19–20, 2021)]. St. Petersburg, Skifiya-Print Publ., 2021, pp. 99-104. (in Russian)

Bakunyaeva D.S. Vzaimosvyazi smyslozhiznennykh orientatsii i individual'notipologicheskikh osobennostei sportsmenov s raznym urovnem professionalnoi uspešnosti [Relationships between meaning-of-life orientations and individual-typological characteristics of athletes with different levels of professional success]. *Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teoriya i praktika realizatsii* [Resources for competitiveness of athletes: theory and practice of implementation], 2017, no. 7, pp. 26. (in Russian)

Grin' E.I. (ed. by Yakobashvili V.A., Pogrebnoi A.I.) Lichnostnye resursy samorealizatsii sportsmenov [Personal resources for self-realization of athletes]. *Tezisy dokladov XXXIII nauchnoi konferentsii studentov i molodykh uchenykh vuzov Yuzhnogo federal'nogo okruga* [Abstracts of reports from the XXXIII scientific conference of students and young scientists of higher educational

institutions of the Southern federal district]. Krasnodar, Kuban State University of Physical Culture, Sport and Tourism Publ., 2006, pp. 46-47. (in Russian)

Galysheva S.M. et al. Individualnyi profil urovnya sub"ektivnogo kontrolya devushek-paralimpiitsev [Individual profiles of subjective control in female paralympic athletes]. *Teoriya i praktika fizicheskoi kul'tury* [Theory and practice of physical culture], 2021, no. 1, pp. 71-72. (in Russian)

Kovalenko A.V. Osobennosti smyslozhiznennykh orientatsii sportsmenov razlichnoi kvalifikatsii v ekstremalnykh vidakh sporta [Features of meaning-of-life orientations of athletes of different qualifications in extreme sports]. *Sportivnyi psikholog* [Sports psychologist], 2010, no. 3 (21), pp. 31-33. (in Russian)

Leont'ev D.A. *Test smyslozhiznennykh orientatsii (SZhO)* [Meaning-of-Life Orientations Test (MLOT)]. Moscow, Smysl Publ., 2000, 18 p. (in Russian)

Ogorodova T.V. *Psikhologiya sporta: uchebnoe posobie* [Psychology of sport]. Yaroslavl, YaGU Publ., 2013, 120 p. (in Russian)

Ol'shanskaya S.A., Baskakova E.N. Osobennosti reaktsii na neudachi vo vzaimosvyazi s urovnem sub"ektivnogo kontrolya u sportsmenov podrostkovogo vozrasta [Age aspects of the influence of sports type specification on athletes' social adaptation]. *Fizicheskaya kul'tura, sport – nauka i praktika* [Physical education, sport – science and practice], 2013, no. 3, pp. 60-65. (in Russian)

Ostapenko R.I., Barkalova E.V. Issledovanie lichnostnykh osobennostei sportsmenov s pomoshch'yu metodov strukturnogo modelirovaniya [Study of personality traits of athletes using structural modeling methods]. *Problemy i perspektivy razvitiya fizicheskoi kul'tury i sporta* [Problems and prospects of development of physical culture and sports]. Materials of XVIII All-Russian scientific-practical conference. Kemerovo, November 18, 2020. Kemerovo, Kemerovo State University Publ., 2020, pp. 31-33. (in Russian)

Romanina E.V., Kuzina A.I. (ed. by Baikovskii Yu.V., Sopov V.F., Moskvina V.A.) *Vzaimosvyaz' vnutrennego i vneshnego lokusa kontrolya u voleibolistok s sorevnovatelnoi rezul'tativnost'yu* [Influence of internal and external locus of control in volleyball players with competitive performance]. *Rudikovskie chteniya – 2020* [Rudikov Readings – 2020:]. Proceedings of the XVI All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation. Moscow, May 28–29, 2020. Moscow, GTSOLIFK Publ., 2020, pp. 96-101. (in Russian)

Tokareva V.B. (ed. by Prikhodko L.N.) *Issledovanie uslovii pedagogicheskogo so-provozheniya formirovaniya lokusa kontrolya u sportsmenov* [The study of the conditions of pedagogical support for the formation of a locus of control in athletes]. *Strategicheskoe razvitie industrii turizma i gostepriimstva* [Strategic development of tourism and hospitality industry]. Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference of students, postgraduates and young scientists. Sochi, October 19–20, 2018. Sochi, Sochi State University Publ., 2018, pp. 515-522. (in Russian)

Ulyayeva L.G. *Lichnostnye resursy sportsmenov: struktura, sodержanie, psikhologicheskie usloviya ikh realizatsii v detsko-yunosheskom sporte* [Personal resources of athletes: structure, content, psychological conditions of their realization in children's and youth sports]. Moscow, Perspektiva Publ., 2023, 216 p. (in Russian)

Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuilov G.M. *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malykh grupp* [Social and psychological diagnostics of individual and small group development]. Moscow, Institut Psikhoterapii Publ., 2005, 490 p. (in Russian)

Ronkainen N. et al. Beyond health and happiness: an exploratory study into the relationship between craftsmanship and meaningfulness of sport. *Sociology of sport journal*, 2020. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/343789013> (date of access: 12.07.2024).

Lefcourt H.M. *Research with the locus of control construct*. New York, Academic Press, 1981, 410 p.

Nwankwo B.C., Okechi B.C., Kalu O.E. Role of locus of control and gender on psychological well-being among youth athletes. *Journal of psychology and sociological studies*, 2017, vol. 1, no. 1, pp. 177-185. Available at: <https://journals.aphriapub.com/index.php/JPSS/article/view/59> (date of access: 12.07.2024).

Rotter J.B. Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. *Journal of consulting and clinical psychology*, 1975, vol. 43, no. 1, pp. 56–67. <https://doi.org/10.1037/h0076301>

Сведения об авторе***Харитонова Анна Игоревна***

*кандидат психологических наук,
тренер спортивной команды по дзюдо,
самбо и тхэквондо*

*Центральный спортивный клуб Армии
Россия, 125167, г. Москва, Ленинградский
проспект, 39*

e-mail: Kharitosh85@mail.ru

Information about the author***Kharitonova Anna Igorevna***

*Candidate of Sciences (Psychology), Sports
Team Coach in Judo, Sambo and Taekwondo
Central Sports Club of the Army*

*39, Leningradsky ave., Moscow,
125167, Russian Federation
e-mail: Kharitosh85@mail.ru*

Статья поступила в редакцию **20.08.2024**; одобрена после рецензирования **04.09.2024**; принята к публикации **23.09.2024**
The article was submitted **August, 20, 2024**; approved after reviewing **September, 04, 2024**; accepted for publication **September, 23, 2024**