

# ЛИЧНОСТНЫЕ РЕСУРСЫ КАК МЕДИАТОРЫ ВО ВЗАИМОСВЯЗИ МЕЖДУ АНТЕЦЕДЕНТАМИ СТРЕССА И ПРЕДСОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ТРЕВОГОЙ

**Олефир В.А.**

Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина, Харьков

## **Аннотация**

Целью данного исследования было изучение медиаторного эффекта личностных ресурсов во взаимодействии между воспринимаемой готовностью к соревнованиям и воспринимаемой сложностью цели и состоянием тревоги у спортсменов-пловцов. Применялось моделирование структурными уравнениями для изучения данных кросс-секционного опроса выборки пловцов-мужчин. Тестирование модели личностных ресурсов показало, что четыре личностные характеристики: самооффективность, самоконтроль, оптимизм и настойчивость образуют общий фактор. В результате проведения медиаторного анализа было выявлено частичный опосредованный эффект соревновательных стрессоров через личностные ресурсы на состояние тревоги у спортсменов-пловцов.

**Ключевые слова:** стресс, состояние тревоги личные ресурсы

Проблема тревоги, особенно предсоревновательной тревоги, является одной из наиболее актуальных в сфере спортивной психологии (*Стресс, 1983; Nahum, 2017; Martens, et al., 1990*). Состояние тревоги вызывается теми или иными стрессорами как ее антецедентами (*Hanton et al., 2008*). В состоянии тревоги принято различать когнитивный и соматический компоненты. Когнитивный аспект тревоги характеризуется негативными ожиданиями относительно успеха или самооценки, заботой о результативности, образами неудачи, невозможностью концентрировать и переключать внимание. Соматическая тревога вызвана вегетативным возбуждением организма и проявляется в таких негативных симптомах как мышечное напряжение, быстрый сердечный ритм, высокое кровяное давление, влажные ладони и др. Как показано в исследованиях, когнитивная и соматическая тревога могут иметь дифференцированное влияние на результативность в спорте (*Parnabas et al., 2015; Woodman, Hardy, 2003*).

В психологии спорта наиболее распространенной теорией в исследованиях стресса является транзактная модель стрессовой оценки и преодоления Р. Лазаруса и С. Фолкман (*Lazarus, Folkman, 1984*). Согласно этой модели, ключевым фактором для развития психологического стресса является когнитивная оценка ситуации как угрожающей. Однако, несмотря на то, что в транзактной теории главный акцент сделан на оценке, степень, в которой индивидуумы оценивают ситуацию как угрожающую и копинг, который они выбирают, чтобы ответить на нее, во многом определяется личностными и социальными ресурсами. Несмотря на широкую известность, транзактная теория все же не

отвечает на вопрос: почему индивиды воспринимают ситуацию как угрожающую?

Ответ на этот вопрос пытается дать теория сохранения ресурсов (ТСР), автором которой является С. Хобфолл (*Hobfoll, 1989*). Согласно ТСР, причиной возникновения стресса является потеря ресурсов или угроза их утраты. В ТСР ресурсы определяются как «... те объекты, которые либо очень ценны сами по себе, либо действуют как средство для достижения других важных ценностей» (*Hobfoll, 2002, p. 307*). С. Хобфолл выделяет четыре типа ресурсов: 1) объективные, 2) социальные, 3) энергетические, 4) личностные. Именно последние являются решающими, которые играют первостепенную роль в контексте преодоления стресса, обеспечивают способность индивида к адаптации. Личностные ресурсы – это аспекты Я, которые связанные с устойчивостью к стрессу и относятся к чувству людей в их способности успешно контролировать и влиять на окружающую среду (*Hobfoll et al., 2003*).

Одним из ключевых ресурсов, по мнению С. Хофбола, является обобщенное чувство самоэффективности (*Schwarzer, Jerusalem, 1995*). Самоэффективность определяется как вера в свою способность эффективно влиять на свою «окружающую среду» и достигать своих целей. Как показал А. Бандура, индивиды, которые имеют высокую самоэффективность, более устойчивы в стрессовых ситуациях (*Bandura, 1997*). Также показано, что убеждение спортсменов в своей эффективности имеют положительные и умеренные взаимосвязи с результативностью в спорте (*Self-efficacy, 2008*).

Другой ключевой личностный ресурс – диспозициональный оптимизм, понимаемый как личностная переменная, которая отражает то, в какой степени люди имеют обобщенные благоприятные ожидания в отношении своего будущего. (*Carver et al., 2010*). Было обнаружено, что эта личностная характеристика является одним из важнейших предикторов преодоления стрессов. Анализ исследований указывает на то, что существует корреляция между оптимизмом и продуктивностью в спорте (*Chiesi et al., 2013*).

Также важным личностным ресурсом является самоконтроль. Самоконтроль определяется как способность изменять немедленные доминирующие реакции или тенденции, мысли, поведение и эмоции для желаемого, но отсроченного результата (*de Ridder et al., 2012*). В исследованиях принято проводить различия между самоконтролем как состоянием и диспозицией, которые варьируют от индивида к индивиду. Самоконтроль как состояние изменчив в зависимости от ситуации и времени. Диспозициональный самоконтроль – относительно стабильная характеристика личности. Авторы солидного метааналитического исследования, касающегося взаимосвязи между диспозиционным самоконтролем и поведением, обнаружили, что высокий уровень самоконтроля име-

ет отношение ко многим сферам поведения и его результатам (*de Ridder et al., 2012*). В целом, авторы отмечают, что самоконтроль – одна из самых полезных черт личности. Этот вывод подтверждается результатами конкретных исследований, проведенный на выборках спортсменов, в которых было показано, что ресурс самоконтроля является важным психологическим посредником в процессе стресса в спорте (*Englert, Bertrams, 2012; Furley et al., 2013*).

Еще одним ключевым ресурсом является способность к настойчивости (*grit*). Понятие “*grit*” определяется как настойчивость усилий и последовательность интересов при достижении долгосрочных целей, несмотря на неудачи и препятствия и является важным фактором успеха в различных видах деятельности (*Duckworth et al., 2007*). Несмотря на то, что конструкт “*grit*” относительно недавно стал исследоваться в спортивной психологии, установлено, что спортсмены, которые настойчиво придерживаются своих целей, более успешными в спортивной деятельности (*Elumaro, 2016; Larkin, et al., 2016*).

Каждый из четырех положительных конструктов является концептуально независимым и имеет эмпирически обоснованную дискриминантные валидность. В предыдущих исследованиях эти ключевые личностные ресурсы исследовались как отдельные предикторы тревоги, или спортивной результативности. Их эффекты являются умеренными. Вместе с тем, очевидно, назрела потребность в интеграции переменных, имеющих отношение к прогнозированию феномена предсоревновательной тревоги.

Ряд ресурсных концепций предполагает существование интегральной личностной характеристики, как фактора высшего порядка, опосредующего влияние других ресурсов и факторов внешней среды (*Леонтьев, 2016*). Существует несколько концепций «единого фактора» личностных ресурсов: 1) базовое самооценивание, 2) психологический капитал, 3) личностный потенциал.

Одной из первых попыток выделения интегрального показателя является концепция базового самооценивания, которая рассматривается как фундаментальная оценка собственной личности, своих способностей, своей ценности (*Judge et al., 2002*). Базовая самооценка включает четыре личностные характеристики: локус контроля, эмоциональную стабильность, самоэффективность и самооценку.

Концепция психологического капитала основана на выделении единого фактора, который образуют четыре свойства личности: оптимизм, резилентность, надежда и самоэффективность (*Luthans et al., 2007*).

Личностный потенциал рассматривается как личностная основа саморегуляции и самодетерминации (*Личностный, 2011*). Теоретически и эмпирически обоснованная структурная модель личностного потенциала включает следующие личностные переменные: автономность, толерантность к неопределен-

ности, контроль за действием при неудаче, оптимизм, жизнестойкость, самооэффективность. Показано, что личностный потенциал может вносить вклад в различные виды деятельности и ее результатов (*Олефир, 2015*).

Таким образом, мы выдвигаем следующие гипотезы:

*Гипотеза 1:* Четыре положительные характеристики личности – самооэффективность, самоконтроль, оптимизм и настойчивость связаны общим фактором более высокого порядка – индексом личностных ресурсов.

*Гипотеза 2:* Личностные ресурсы опосредствуют влияние соревновательных стресс-факторов на сознание и деятельность спортсменов и делают их более устойчивыми к стрессу и способствуют контролю уровня предсоревновательной тревоги.

*Цель работы* заключалась в том, чтобы исследовать прогностические пути между antecedентами тревоги (воспринимаемой готовностью к соревнованиям и воспринимаемой сложности цели), личностными ресурсами и состоянием предсоревновательной тревоги у спортсменов-пловцов.

### **Методы**

#### *Участники и организация исследования*

В исследовании приняли участие 98 мужчин-пловцов в возрасте от 17 до 20 лет ( $M = 18,28$  года,  $SD = 1,33$ ). Они были умеренно опытными и умеренно успешными. От всех участников было получено согласие до того, как они получили анкеты.

Заполнение опросников, которые измеряли стресс-факторы и состояние предсоревновательной тревоги, происходило за 1 час до старта.

#### *Измерения*

Antecedенты тревоги были измерены модифицированным опросником Pre-Race (*Arapoglou, et al., 2013*). В анализе учитывались две шкалы: воспринимаемая готовность и воспринимаемая сложность цели соревнования. Проверка надежности-согласованности эмпирических данных показала приемлемую внутреннюю согласованность шкал ( $\alpha$  Кронбаха 0,71 и 0,68, соответственно).

Для измерения личностных ресурсов были использованы:

Шкала общей самооэффективности (*Schwarzer, Jerusalem, 1995*). В этом исследовании альфа Кронбаха по общей шкале была 0,80.

Шкала самоконтроля (*Tangney et al., 2004*). Внутренняя согласованность шкалы ( $\alpha$  Кронбаха) в данном исследовании составила 0,75.

Тест диспозиционального оптимизма LOT-R (*Scheier et al., 1994*). По данным авторов, LOT-R имеет достаточную внутреннюю согласованность ( $\alpha = 0,78$ ).

Короткая шкала грит GRIT-S (*Duckworth, Quinn, 2009*). GRIT-S имела приемлемую внутреннюю согласованность на уровне 0,77.

Для измерения состояния предсоревновательной тревоги использовалась короткая шкала самооценки ситуативной тревоги Ч. Спилбергера (*Spielberger, 1985*). Внутренняя согласованность шкалы была равна 0,87.

*Статистический анализ.* Для проверки наших гипотез мы провели моделирование структурными уравнениями, в рамках которого был выполнен конфирматорный факторный анализ и медиаторный анализ с использованием программы AMOS 21 for Windows. Для оценки параметров модели применялся метод максимального правдоподобия.

Соответствие исследуемой модели эмпирическим данным оценивалось с помощью статистики хи-квадрат ( $\chi^2$ ) и среднеквадратической ошибки аппроксимации (RMSEA). (RMSEA). Незначительные значение  $\chi^2$  указывают на то, что гипотетическая модель соответствует данным, а значение RMSEA до 0,08 указывают на приемлемую пригодность данных. Кроме того, мы использовали относительные показатели качества соответствия модели: Индекс сравнительной пригодности (CFI) и Индекс Такера-Льюиса (TLI). Для этих показателей значение 0,90 или выше является приемлемым (*Schumacker, Lomax, 2010*).

### Результаты

В табл. 1 показаны средние, стандартные отклонения, корреляции переменных, включенных в анализ.

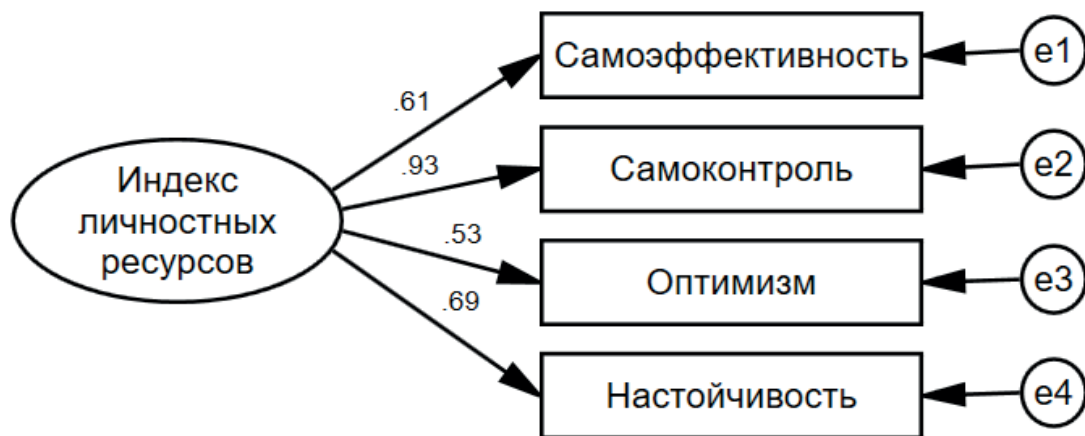
**Таблица 1.**

Средние, стандартные отклонения и корреляции между переменными

№	Параметры	1	2	3	4	5	6	7
1	Готовность							
2	Трудность цели	,50***						
3	Самоэффективность	,27**	,20*					
4	Самоконтроль	,25*	,30**	,57***				
5	Оптимизм	,32**	,33***	,40***	,48***			
6	Настойчивость	,31**	,41***	,37***	,65***	,38***		
7	Состояние тревоги	,32**	,24*	-,23*	-,33***	-,34***	-,28**	
8	<i>Среднее</i>	6,58	5,68	29,97	40,13	17,68	29,32	10,74
9	<i>Станд. отклонение</i>	1,57	1,56	5,20	6,88	3,20	4,14	3,33

Примечание: \* –  $p < 0,05$ ; \*\* –  $p < 0,01$ ; \*\*\* –  $p < 0,001$ .

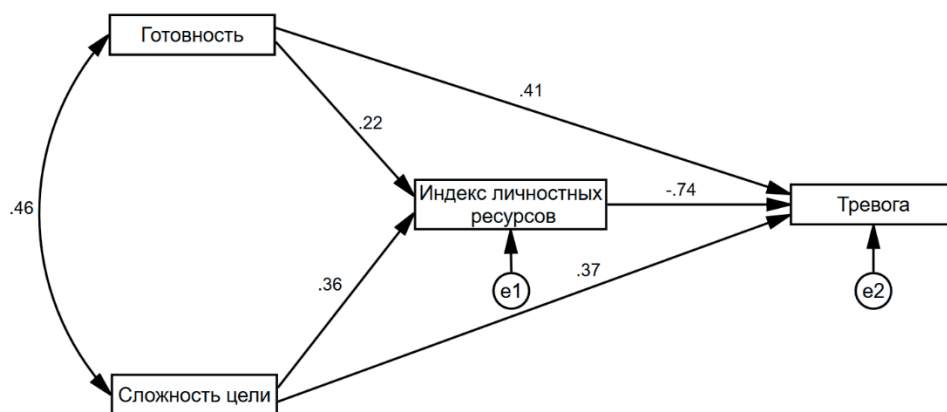
Для проверки гипотезы о том, что 4 показателя личностных ресурсов образуют фактор второго порядка, тестировалась модель (см. Рис. 1), которая продемонстрировала хорошее соответствие данным:  $\chi^2 = 2,439$  (2),  $p = 0,295$ ; RMSEA = 0,045; CFI = 0,996; TLI = 0,989. Для расчета суммарного показателя личностных ресурсов (ИЛР) мы использовали сумму z-оценок по 4 шкалам, входящих в состав фактора.



CMIN = 2.439; df = 2; p = .295; RMSEA = .048; CFI = .996; TLI = .989

**Рис. 1.** Однофакторная CFA модель индекса личностных ресурсов

На рис. 2 представлены результаты дорожного анализа. Как можно видеть прямой эффект воспринимаемой готовности спортсменов к соревнованиям на перед соревновательную тревогу является положительным и статистически значимым ( $\beta = 0,41$ ;  $z = 4,82$ ;  $p = 0,000$ ). Прямой эффект стрессора – сложность цели соревнований на состояние тревоги также статистически значимым ( $\beta = 0,37$ ;  $z = 3,94$ ;  $p = 0,000$ ).



**Рис. 2.** Медиаторная модель предсказания предсоревновательной тревоги

Наиболее значимой информацией в медиаторном анализе является косвенный эффект стресс-факторов на ситуативную тревогу, опосредованный личностными ресурсами. Он дает возможность объяснять характер и механизм связи, а также отвечает на вопрос «как» и «почему» личностные ресурсы, влияют

на состояние перед соревновательной тревогой у пловцов. Так, стандартизированный косвенный эффект воспринимаемой готовности на перед соревновательную тревогу оценивается как  $-0,16$  ( $z = -1,86$ ;  $p = 0,06$ ). То есть, два спортсмена, которые отличаются на одну стандартную единицу по оценкам воспринимаемой готовности, отличаются на  $-0,16$  единиц по уровню соревновательной тревоги при посредничестве личностных ресурсов. Бутстрепповский доверительный интервал (от  $-0,27$  до  $-0,05$ ) для данного косвенного эффекта подтверждает такое утверждение с 95% уверенностью.

Косвенный эффект воспринимаемой сложности цели на состояние соревновательной тревоги, опосредованный личностными ресурсами, оценивается как  $-0,27$  ( $z = -2,93$ ;  $p = 0,003$ ). Бутстрепповский доверительный интервал находится в диапазоне от  $-0,34$  до  $-0,06$ . Поскольку прямые эффекты воспринимаемой готовности и сложности цели на соревновательную тревогу значимы, то мы выявили только частичные медиаторные эффекты.

### Обсуждение

В настоящем исследовании рассматривались взаимосвязи между antecedентами стресса (воспринимаемая готовность и сложность цели соревнований) и состоянием предсоревновательной тревоги у спортсменов, опосредованных положительными чертами личности (самоэффективность, самоконтроль, оптимизм и настойчивость).

Полученные результаты подтверждают первую гипотезу о существовании интегрального фактора личностных ресурсов, обуславливающего взаимосвязь исследуемых положительных черт личности. Поскольку личностные ресурсы, рассматриваемые в нашем исследовании, являются гибкими свойствами личности и имеют прижизненный генезис их взаимосвязь может определяться синергетическим эффектом в ходе усложнения деятельности спортсменов и получения опыта.

Содержательный анализ нагрузок индикаторов личностных ресурсов на полученный латентный фактор в CFA модели свидетельствует о том, что наиболее существенными личностными ресурсами является самоконтроль и настойчивость (“grit”). Спортсмены, которые имеют высокий уровень самоконтроля, лучше контролируют свои мысли, регулируют свои эмоции и тормозят свои импульсы по сравнению с теми, у кого низкий уровень самоконтроля. Высокий уровень настойчивости способствует тому, что спортсмены в состоянии сосредоточить внимание на долгосрочных целях и противостоять ситуативным соблазнам и краткосрочным достижениям. Эти результаты согласуются с имеющимся многочисленными данными о важности самоконтроля и настойчивости как факторов противодействия стрессу и соревновательной успешности спортсменов (*Englert, Bertrams, 2012; Furley et al., 2013; Elumaro, 2016*).

Инновационный вклад этого исследования заключается в том, что четыре ключевые личностные ресурсы ранее не изучались в рамках целостной модели как предикторов и медиаторов предсоревновательной тревоги в спорте. В исследовании выявлено частичный медиаторный эффект личностных ресурсов. Таким образом, вторая гипотеза получила частичное подтверждение. В ситуации спортивных соревнований личностные ресурсы выполняют фильтрующую функцию, они опосредуют влияние ситуации соревнования на сознание и деятельность спортсменов, участвуя в процессе оценки степени влияния стресс-факторов, за счет предоставления личностного смысла ситуации. Сами по себе они не несут оценку, но их выраженность трансформирует саму субъективную шкалу, которая лежит в основе субъективных оценок, способствуя оценке ситуации. Личностные ресурсы помогают воспринимать требования соревнований как вызов и расценивать их как сложную задачу, а не как угрозу психологическому благополучию спортсменов.

Результаты демонстрируют инструментальную роль личностных ресурсов: они задействуются в том случае, когда этого требует ситуация и способствуют достижению поставленных целей.

Личностные ресурсы, которые рассматривались в исследовании, имеют прижизненный генезис и поддаются коррекции и развитию, что может быть использовано в психологической подготовке спортсменов.

### **Заключение**

Негативное эмоциональное состояние, связанное с чувством нервозности, беспокойства, тревоги и возбуждением организма, возникающее у спортсменов во время соревнований, определяется как ситуативная тревога. Когнитивный и соматический компоненты тревоги дифференцированно влияют на результативность в спорте.

Воспринимаемая готовность и сложность цели соревнования, которые рассматривались в исследовании как antecedенты тревоги, положительно и статистически значимо связаны с предсоревновательной тревогой у пловцов.

Личностные ресурсы имеют системную организацию и на уровне эмпирических индикаторов образуют интегральный фактор – индекс личностных ресурсов.

Индекс личностных ресурсов частично опосредует влияние соревновательных стресс-факторов на уровень ситуативной тревоги, способствуя снижению ее уровня.

### **Литература**

*Леонтьев Д.А.* Саморегуляция, ресурсы и личностный потенциал // Сибирский журнал психологии. 2016. № 62. С. 18–37,

*Личностный потенциал: структура и диагностика* / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2011.

*Олефир В.А.* Интеллектуально-личностный потенциал саморегуляции субъекта деятельности. Харьков: УИПА, 2015. [Укр. язык]

*Стресс и тревога в спорте: Международный сб. научных статей.* / Сост. Ю.Л. Ханин. М.: Физкультура и спорт, 1983.

*Arapoglou K., Bebetos E., Pyliavidis Th., & Antonioxi P.* Validation of the Pre-Race Questionnaire among mid-distance runners // *Athlitiki Psychologia*. 2013. No 24. P. -10.

*Bandura A.* Self-efficacy: The exercise of control. N. Y.: Freeman. 1997.

*Carver C. S., Scheier M. F., Segerstrom S. C.* Optimism // *Clinical Psychol. Review*. 2010. Vol. 30 (7). P. 879-889.

*Chiesi F., Galli S., Primi C., Borgi P.L., & Bonacchi A.* The accuracy of the Life Orientation Test-Revised (LOT-R) in measuring dispositional optimism: Evidence from item response theory analyses // *Jour. of Personality Assessment*. 2013. Vol. 95 (5). P. 523-529.

*Duckworth A. L., Peterson C., Matthews M. D., & Kelly D. R.* Personality processes and individual differences // *Jour. of Personality and Social Psychol.* 2007. No 6. P. 1087-1101.

*Duckworth A.L., Quinn P.D.* Development and validation of the Short Grit Scale (Grit-S) // *Jour. of Personality Assessment*. 2009. Vol. 91 (2). P. 166-174.

*Elumaro A. I.* Personality, Grit and Sporting Achievement // *Jour. of Sports and Physical Education*. 2016. Vol. 3 (1). P. 14-17.

*Englert C., & Bertrams A.* Anxiety, ego depletion, and sports performance // *Jour. of Sport and Exercise Psychology*. 2012. No 34. P. 580-599.

*Furley P., Bertrams A., Englert C., Delphia A.* Ego depletion, attentional control, and decision making in sport // *Psychology of Sport and Exercise*. 2013. No 14. P. 900-904.

*Hanton S., Neil R., Mellalieu S.D. & Fletcher D.* Competitive experience and performance status: An investigation into multidimensional anxiety and coping // *European Jour. of Sport Science*. 2008. Vol. 5 (3). P. 143-152.

*Hobfoll S.E.* Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress // *American Psychologist*. 1989. Vol. 44. P. 513-524.

*Hobfoll S.E.* Social and psychological resources and adaptation // *Review of General Psychol.* 2002. Vol. 6 (4). P. 307-324.

*Hobfoll S. E., Johnson R. J., Ennis N., & Jackson A. P.* Resource loss, resource gain, and emotional outcomes among inner city women // *Jour. of Personality and Social Psychol.* 2003. Vol. 84. P. 632-643.

*Judge T. A., Erez A., Bono J. E., Thoresen C. J.* Are measures of self-esteem, neuroticism, locus of control, and generalized self-efficacy indicators of a common core construct? // *Jour. of Personality and Social Psychol.* 2002. Vol. 83 (3). P. 693-710.

*Larkin P., O'Connor D., & Williams A.M.* Does grit influence sport-specific engagement and perceptual-cognitive expertise in elite youth soccer? // *Jour. of Applied Sport Psychol.* 2016. Vol. 28 (2). P. 129-138.

*Luthans F., Avey J.B., Avolio B.J. and Peterson S.J.* The development and resulting performance impact of positive psychological capital // *Human Resource Development Quarterly*. 2010. No 21. P. 41-67.

*Lazarus R.S., Folkman S.* Stress, appraisal, and coping. N.Y.: Springer. 1984.

*Martens R., Vealey R.S., & Burton D.* Competitive anxiety in sport. Champaign, IL: Human Kinetics. 1990.

*Nahum O.* Stress research in sport psychology: Three limitations and future directions // *Stress and Anxiety – Coping and Resilience* / K.A. Moore, & P. Buchwald (Eds.). Berlin: Logos Publishers. 2017. P. 177-186.

*Parnabas V., Parnabas J., Parnabas A.M.* The Relationship between Somatic Anxiety and Sport Performance on Running Athletes // *European Academic Research*. 2015. Vol. II (10). P. 14769-14775.

*Scheier M. F., Carver C. S., & Bridges M. W.* Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test // *Jour. of Personality and Social Psychol.* 1994. Vol. 67. P. 1063-1078.

*Schumacker R. E. & Lomax R. G.* A beginner's guide to structural equation modeling. (2rd. ed.). N. J.: Lawrence Erlbaum Associates. 2010.

*Schwarzer R., & Jerusalem M.* Generalized Self-Efficacy scale // *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* / J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), Windsor, UK: NFER-NELSON. 1995. P. 35-37.

*Self-Efficacy in Sport: Research and strategies for working with athletes, teams, and coaches* / D.L. Feltz. S.E. Short, and P.J. Sullivan (Eds.). N. Y.: Human Kinetics Pub. 2008.

*Spielberger C. D.* Assessment of state and trait anxiety: conceptual and methodological issues // *Southern Psychologist*. 1985. Vol. 2. P. 6-16.

*Tangney J.P., Baumeister R.F., Boone A.L.* High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success // *Jour. of Personality*. 2004. Vol. 72 (2). P. 271-324.

*Woodman T., Hardy L.* The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance: a meta-analysis // *Jour. of Sports Sciences*. 2003. Vol. 21 (6). P. 443-457.

## PERSONAL RESOURCES AS MEDIATORS IN RELATIONSHIP BETWEEN ANTECEDENTS OF STRESS AND PRE-COMPETITIVE ANXIETY

Olefir V. A.

Kharkiv National University V. N. Karazin, Kharkiv. Ukraine

**Abstract.** The purpose of observation was study of mediator effect of personal resources in context between the perceived readiness for competition and the perceived complexity of the goal and the state of anxiety of swimmers. Structural equations were applied to study cross-sectional survey data on a sample of male swim-

mers. The testing of the model of personal resources showed that four personal characteristics: self-efficacy, self-control, optimism and perseverance form a common factor. As a result of the mediator analysis, a partial indirect effect of competitive stressors was revealed through personal resources on the anxiety condition of swimmers.

**Key words:** stress, anxiety, personal resources.

## ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ И СОЗНАНИЕ: СТРУКТУРНО- ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ОТНОШЕНИЙ\*

**Прохоров А.О.**

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань

### **Аннотация**

Статья представляет собой концептуальное описание структурно-функциональных отношений между субъективным опытом, структурами сознания (смысл, рефлексия, значение, переживание, образ, репрезентация, понимание), психическими состояниями, факторами их вызывающими и изменяющими (ситуация/событие, деятельность, пространство культуры, образ жизни). В статье отношения между психологическими составляющими рассматриваются как иерархические, в которых регулирующее влияние на психические состояния принадлежат структурам сознания, интегрированным в базовую структуру сознания – субъективный опыт человека. Другой аспект анализа – функциональные взаимоотношения между ментальными структурами в процессе обусловливания психических состояний.

**Ключевые слова:** психическое состояние, субъективный опыт, структура сознания, ситуация, пространство культуры, образ жизни

Изучение базисных характеристик состояний человека как психического явления предполагает знание его отношений с другими фундаментальными категориями психики, что позволяет провести некие «границы», дифференцируя феноменологические, содержательные и функциональные отличия между ними, а также «пересечения» и «включения», перехода явлений друг в друга. В этом пространстве исследований наименее изученными являются отношения между состоянием и сознанием. Знание этих отношений может дать ответ на ряд методологических и теоретических вопросов о связи психических явлений, опре-

---

\* Исследование выполнено при финансовой поддержке РФФИ, проект № № 17-06-00057a