

**Сравнительный анализ
факторной структуры саморегуляции
спортсменов и паралимпийцев**

Шестиловская Н.А.

Белорусский государственный университет

Саморегуляция выступает как комплексный феномен, обеспечивающий реализацию целенаправленной деятельности. Теория осознанной саморегуляции В.И. Моросановой и О.А. Конопкина описывает феномен психической саморегуляции как включающий процессы планирования, моделирования, программирования и оценки результатов и свойства: гибкость и самостоятельность.

Цель работы – выявление факторной структуры саморегуляции спортсменов и паралимпийцев.

Материал и методы. В исследовании приняли участие 262 спортсмена (141 мужчина и 121 женщина) и 99 паралимпийцев (65 мужчин и 34 женщины). Диагностический материал исследования получен на основании методики «Стиль подготовки спортсмена». Факторный анализ стилей саморегуляции был проведен методом главных компонент.

Результаты и их обсуждение. Нами были выявлены: факторная структура саморегуляции спортсменов: «Самостоятельное программирование и планирование», «Поведенческая гибкость с оценкой результатов»; факторная структура саморегуляции паралимпийцев: «Самостоятельное программирование и планирование», «Поведенческая гибкость с оценкой результатов»; факторная структура саморегуляции спортсменок: «Самостоятельное программирование», «Оценка результатов с поведенческой ригидностью», «Планирование»; факторная структура саморегуляции паралимпиек: «Зависимое планирование и программирование», «Оценка результатов с гибким программированием», «Самостоятельность».

Заключение. В результате сравнения факторных структур спортсменов и паралимпийцев установлено гендерное сходство в количественном отношении: двухфакторная структура у мужчин, трехфакторная – у женщин. В качественном отношении, то есть по содержанию факторной структуры, сходство можно констатировать только у спортсменов и паралимпийцев. Факторная структура стиля саморегуляции спортсменок существенно отличается от факторной структуры стиля саморегуляции паралимпиек. Специфичность факторной структуры стиля саморегуляции спортсменок заключается в осуществлении оценки результатов с трудностями в перестроении своей деятельности. У паралимпиек специфика факторной структуры стиля саморегуляции заключается в зависимости процессов планирования и программирования от внешнего ресурса.

Ключевые слова: саморегуляция, спортсмены, паралимпийцы.

**A Comparative Analysis of the Factor
Structure of Athletes and Paralympians'
Self-Regulation**

Shetilovskaya N.A.

Belarusian State University

Self-regulation is a complex phenomenon that ensures the implementation of purposeful activities. The theory of conscious self-regulation created by V.I. Morosanova and O.A. Konopkin describes the phenomenon of mental self-regulation as the one including the processes of planning, modeling, programming and rating of results and two properties: flexibility and self-support.

The goal is to identify the factor structure of athletes and paralympians' self-regulation and compare the factor structures.

Material and methods. The study involved 262 athletes (141 men and 121 women) and 99 paralympians (65 men and 34 women). The diagnostic material of the study was obtained on the basis of the "Athlete Training Style" methods and then a factor analysis of self-regulation styles was performed through the method of principal components.

Findings and their discussion. We identified factor structures. The factor structure of athletes' (men) self-regulation includes the following factors: "Independent programming and planning", "Behavioral flexibility with rating of results"; the factor structure of self-regulation of paralympians (men) includes "Independent programming and planning", "Behavioral flexibility with rating of results"; the factor structure of athletes' self-regulation (women) includes "Independent programming", "Rating of results with behavioral rigidity", "Planning"; the factor structure of paralympic self-regulation (women) includes "Dependent planning and programming", "Rating of results with flexible programming", "Self-support".

Conclusions. As a result of comparing the factor structures of athletes and paralympians, gender similarity was revealed in quantitative terms: two factor structure in men, three-factor structure in women. In qualitative terms (in terms of the content of the factor structure) the similarity can be stated in athletes and paralympians only. The factor structure of the athletes' self-regulation style differs significantly from the factor structure of the paralympics' self-regulation style. The specificity of the factor structure of the self-regulation style of athletes is to assess the results with difficulties in rebuilding their activities. For paralympians, the specific factor structure of the self-regulation style consists in the dependence of planning and programming processes on an external resource.

Key words: self-regulation, athletes, paralympians.