

Дата публикации 22.05.2026

УДК 159.9:796.323.2

**Солодовник Е.М., Пономарева У.В. Взаимосвязь психологического климата  
и самооценки соревновательной успешности в женских студенческих  
баскетбольных командах ПетрГУ**

**Солодовник Екатерина Михайловна**

старший преподаватель кафедры физической культуры  
ФГБОУ ВО «Петрозаводский государственный университет»  
г. Петрозаводск  
solodovnikem@gmail.com

**Пономарева Ульяна Васильевна**

Студент  
Институт педагогики и психологии  
ФГБОУ ВО «Петрозаводский государственный университет»  
г. Петрозаводск

**The Relationship Between Psychological Climate and Self-Assessment of  
Competitive Success in Female Student Basketball Teams of Petrozavodsk State  
University**

**Solodovnik Ekaterina Mikhailovna**

Senior Lecturer, Department of Physical Education  
Petrozavodsk State University  
Petrozavodsk, Russia

**Ponomareva Ulyana Vasilievna**

Student  
Institute of Pedagogy and Psychology  
Petrozavodsk State University  
Petrozavodsk, Russia

**Аннотация.** Статья посвящена изучению взаимосвязи психологического климата в команде и самооценки соревновательной успешности у спортсменок женских студенческих баскетбольных команд Петрозаводского государственного университета. Теоретически проанализированы понятие, структура, факторы формирования психологического климата и механизмы его влияния на спортивные результаты с учётом гендерной и возрастной специфики. В эмпирической части с помощью опросника А. Н. Лутошкина (адаптированного для спортивных команд) и авторского опросника самооценки успешности обследовано 18 студенток. Выявлена положительная, хотя и умеренной силы, связь между благоприятностью психологического климата и уровнем самооценки соревновательной успешности. Средний уровень психологического климата в обследованных командах оценён как благоприятный. Сформулированы практические рекомендации для тренеров и капитанов по оптимизации климата в женских студенческих командах.

**Ключевые слова:** психологический климат, спортивная команда, самооценка, соревновательная успешность, женский баскетбол, студенческий спорт.

**Abstract.** The article examines the relationship between the psychological climate in the team and the self-assessment of competitive success among female athletes in student basketball teams of Petrozavodsk State University. The theoretical analysis covers the concept, structure, formation factors of psychological climate and mechanisms of its influence on sports performance, taking into account gender and age characteristics. In the empirical part, 18 female students were surveyed using A. N. Lutoshkin's questionnaire (adapted for sports teams) and the author's self-assessment questionnaire of success. A positive, though moderate, relationship was revealed between the favorability of the psychological climate and the level of self-assessment of competitive success. The average level of psychological climate in the surveyed

teams was assessed as favorable. Practical recommendations for coaches and team captains on optimizing the climate in female student teams are formulated.

**Keywords:** psychological climate, sports team, self-assessment, competitive success, women's basketball, student sport.

## **Введение**

Баскетбол является одним из наиболее популярных и динамично развивающихся видов спорта в Петрозаводском государственном университете (ПетрГУ). Женские студенческие команды ПетрГУ регулярно принимают участие в первенствах Республики Карелия, а также представляют университет в дивизионах Межрегиональной любительской баскетбольной лиги (МЛБЛ). Наблюдения показывают, что результат на площадке зависит не только от технико-тактической подготовки спортсменок, но и от психологической атмосферы внутри коллектива – психологического климата.

Актуальность темы обусловлена несколькими факторами. В студенческом спорте, особенно в женских командах, эмоциональные и межличностные факторы часто оказываются не менее важными, чем физическая и техническая подготовка. Многие тренеры и спортсменки концентрируются на тренировочном процессе, упуская из виду атмосферу в команде. Между тем, напряжение или затяжные конфликты могут снижать результаты даже при хорошей физической форме [7]. Студенческий возраст (18–22 года) – период активного формирования социальной идентичности, и принадлежность к команде является значимым фактором самооценки. В современной спортивной науке наблюдается дефицит эмпирических исследований, специально посвящённых женским любительским командам [8].

Проблема исследования заключается в недостаточной изученности эмпирической связи между психологическим климатом и самооценкой соревновательной успешности в женских студенческих баскетбольных командах. Объект исследования – психологический климат в женской студенческой баскетбольной команде.

Предмет исследования – взаимосвязь между показателями психологического климата и самооценкой игроками своей соревновательной успешности.

Цель: выяснить, существует ли связь между психологическим климатом в женских студенческих баскетбольных командах и самооценкой игроками своей соревновательной успешности.

Задачи:

1. Провести теоретический анализ понятия психологического климата, его структуры и механизмов влияния на спортивную деятельность.
2. Подобрать валидные и краткие методики для диагностики психологического климата и самооценки успешности.
3. Провести анкетирование среди студенток ПетрГУ, играющих в баскетбол.
4. Обработать полученные данные, разделить выборку на группы с высоким и низким климатом и сравнить их самооценку успешности.
5. Сформулировать выводы и разработать практические рекомендации для тренеров и капитанов команд.

Гипотеза исследования: предполагается, что существует прямая зависимость между благоприятностью психологического климата и уровнем самооценки соревновательной успешности: чем комфортнее игроку в команде, тем выше он оценивает свою игру.

### **Теоретическая часть**

Психологический климат (социально-психологический климат) – это качественная сторона межличностных отношений, проявляющаяся в совокупности психологических условий, способствующих или препятствующих продуктивной совместной деятельности и всестороннему развитию личности в группе [9]. В спортивной команде он приобретает особое значение, поскольку успех в командных видах спорта напрямую зависит от согласованности действий, взаимопонимания и эмоционального единения.

Большинство исследователей выделяют три основных компонента психологического климата: эмоциональный (преобладающее настроение, степень комфортности), когнитивный (осознание общих целей, взаимопонимание) и поведенческий (реальные действия, сплочённость, отсутствие деструктивных конфликтов) [10].

Эмоциональный компонент – преобладающее настроение в команде, степень эмоциональной комфортности, уровень тревожности. Положительный эмоциональный фон создаёт ощущение безопасности, снижает страх ошибки и способствует проявлению инициативы. Негативный фон, напротив, порождает напряжённость, подозрительность и желание избегать ответственности.

Когнитивный компонент – осознание членами команды общих целей, задач, норм и правил, уровень взаимопонимания, степень принятия решений. Чем яснее спортсмены понимают тактические задачи, свои роли и роли партнёров, тем выше эффективность взаимодействия. Когнитивная согласованность особенно важна в баскетболе, где за секунды нужно принимать коллективные решения.

Поведенческий компонент – реальные действия, отражающие сплочённость, готовность помогать партнёрам, отсутствие деструктивных конфликтов, соблюдение традиций и ритуалов команды.

На формирование психологического климата влияют стиль руководства тренера, состав команды, организация совместной деятельности, внешние условия и индивидуально-психологические особенности членов коллектива [1; 2; 3].

Механизмы влияния психологического климата на соревновательную успешность включают снижение тревожности и страха ошибки, повышение мотивации и самоотдачи, эмоциональное единение в трудных ситуациях и формирование командной идентичности [7; 4; 5].

Женские команды обладают рядом психологических особенностей. Высокая эмоциональная экспрессивность: настроение одного игрока легко передаётся другим. Значимость межличностных отношений: для девушек важны

не только деловые качества партнёрши, но и её личностные характеристики, эмпатия. Конфликты на личной почве могут быть более разрушительными и сохраняться дольше. Женщины чаще предпочитают равноправное взаимодействие, а не жёсткую иерархию. Студенческий возраст (18–22 года) – период активного поиска социальной идентичности, и принадлежность к команде является значимым фактором самооценки. Кроме того, студентки совмещают спорт с высокой академической нагрузкой, что создаёт дополнительный стресс. В таких условиях благоприятный психологический климат выступает важным буфером и ресурсом эмоционального восстановления [11; 12; 6].

### **Организация и методика исследования**

В исследовании приняли участие 18 девушек в возрасте от 18 до 22 лет (средний возраст – 19,4 года) – студентки ПетрГУ, которые регулярно играют в баскетбол (элективы, соревнования между факультетами, сборная). Из них 10 человек – любительницы (команда института педагогики и психологии), 8 – члены сборной ПетрГУ (тренируются с тренером Дробышем). Анкетирование было анонимным и добровольным.

Для диагностики психологического климата использовалась классическая методика А.Н. Лутошкина в адаптации для спортивных команд [13]. Методика содержит 10 биполярных шкал. Ответы собирались по 7-балльной шкале с последующим переводом в стандартизированный диапазон от –3 до +3.

Самооценка соревновательной успешности оценивалась с помощью авторского опросника из 10 утверждений (самоотдача, защитные действия, точность передач, реализация бросков, уверенность, лидерство и др.). Ответы давались по 5-балльной шкале Лайкерта. Итоговый показатель – сумма баллов (от 10 до 50).

Анкетирование проводилось в апреле 2026 г. в середине соревновательного сезона через Google-форму. Обработка данных проводилась в Excel. Шкала Лутошкина переводилась из 1–7 в –3...+3 путём вычитания 4. Вычислялось общее среднее по выборке (1,66), по которому выборка делилась на две равные

группы (высокий и низкий климат). Статистическая значимость различий не проверялась ввиду учебного характера работы и малого объёма выборки.

### Результаты

Средний балл психологического климата по всей выборке составил 1,66, что соответствует благоприятному уровню (по интерпретации шкалы Лутошкина: от 1,0 до 2,0 – благоприятный). Разброс индивидуальных оценок значителен: от максимального 3,0 до минимального –1,7. Средняя самооценка соревновательной успешности по выборке – 37,1 балла (74 % от максимально возможного значения).

Общая взаимосвязь между показателями психологического климата и самооценкой соревновательной успешности наглядно представлена на рисунке 1.

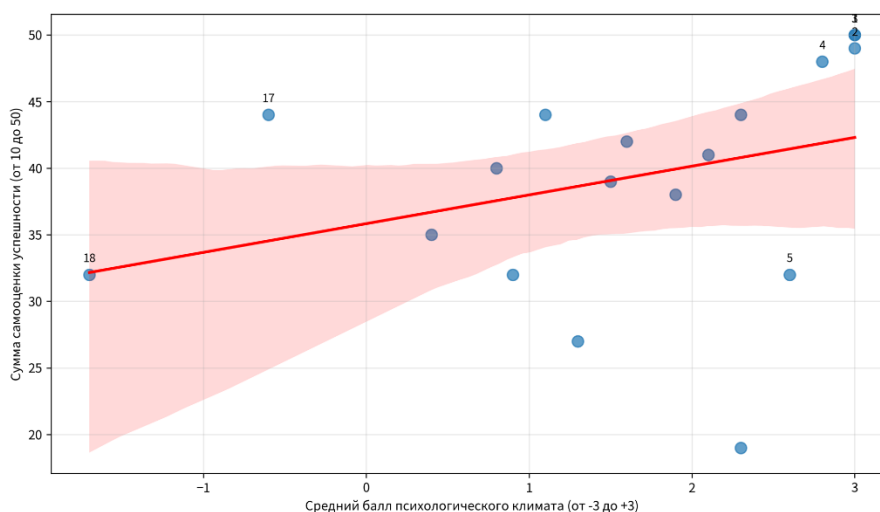


Рисунок 1. Взаимосвязь показателей психологического климата и самооценки соревновательной успешности

Пороговое значение 1,66 делит выборку ровно пополам: 9 респонденток имеют уровень климата выше среднего, 9 – ниже среднего. Данное распределение отражено на рисунке 2.

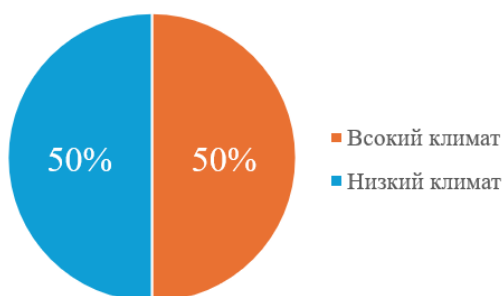


Рисунок 2. Распределение респондентов по уровню психологического климата

В группе с высоким психологическим климатом (средний балл 2,71; n=9) средняя самооценка успешности составила 38,4 балла. В группе с низким климатом (средний балл 0,60; n=9) данный показатель равен 35,7 балла. Разница составляет 2,7 балла в пользу группы с более комфортной атмосферой (5,4 % от максимума). Сравнение средних значений самооценки успешности в двух группах представлено на рисунках 3 и 4.

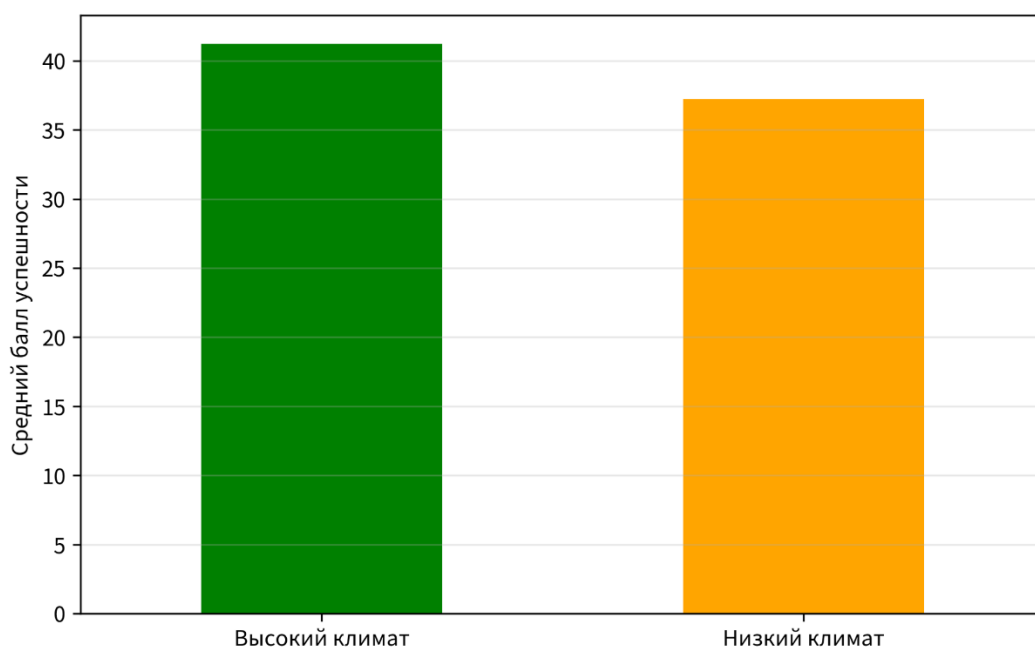


Рисунок 3. Средняя самооценка соревновательной успешности в группах с высоким и низким психологическим климатом

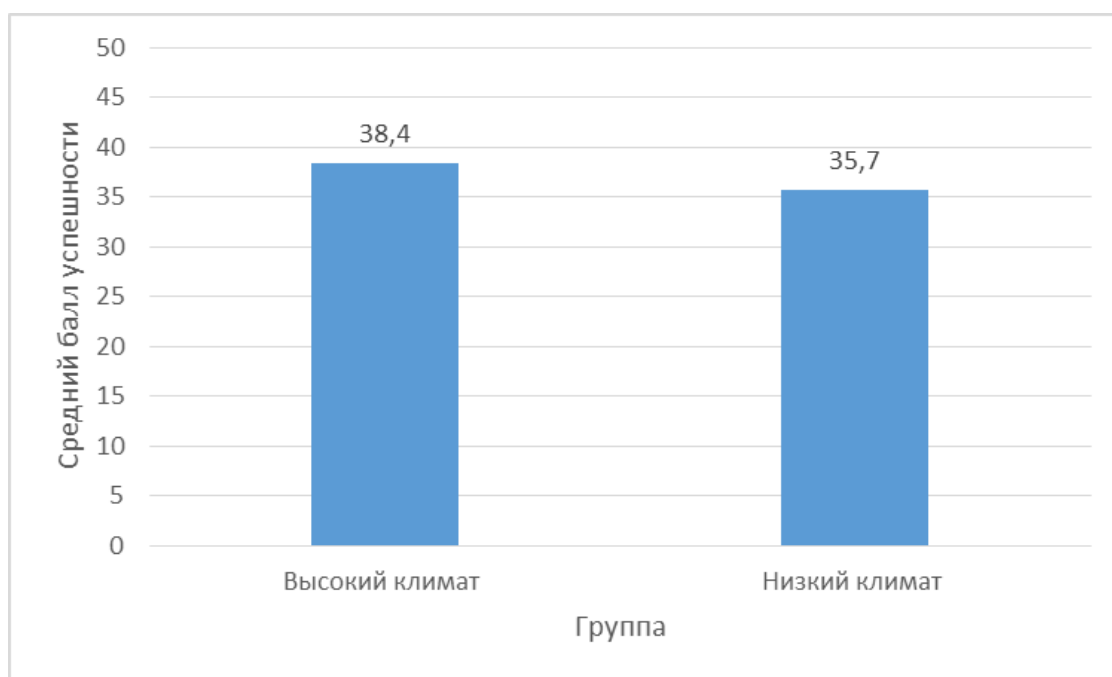


Рисунок 4. Сравнение самооценки соревновательной успешности в группах с высоким и низким психологическим климатом

Анализ крайних случаев подтверждает, что связь между климатом и самооценкой успешности положительная, но не жёсткая. Четыре респондента с максимальным климатом (3,0) имеют успешность 50, 49, 50 и 50 – практически потолок шкалы. Однако респондент №5 с климатом 2,6 (высокий) имеет успешность всего 32 балла. С другой стороны, в группе низкого климата две респондентки показали успешность 44 балла. Следовательно, даже при неблагоприятной атмосфере сильная техническая и тактическая подготовка может обеспечивать высокую самооценку. Таким образом, климат влияет, но не детерминирует полностью самооценку.

### **Выводы**

Гипотеза исследования подтвердилась: существует прямая, хотя и умеренная, связь между благоприятностью психологического климата и самооценкой соревновательной успешности. Полученные данные согласуются с теоретическими положениями о роли климата в снижении тревожности, повышении мотивации и формировании командной идентичности [7; 4].

В целом психологический климат в обследованных командах ПетрГУ можно оценить как благоприятный, однако наличие отдельных игроков с низкими оценками (в т. ч. отрицательными) требует адресной работы.

### **Практические рекомендации**

1. Регулярная анонимная диагностика климата 1–2 раза в сезон по методике Лутошкина.
2. Индивидуальная работа с игроками, давшими оценки ниже 0,5–0,6.
3. Создание «безопасной среды» (ошибка – часть роста, публичная поддержка).
4. Внедрение неформальных ритуалов сплочения (чаепития, совместный просмотр матчей и др.).
5. Учёт гендерной специфики: избегать публичной личностной критики, поощрять взаимопомощь и партнёрство.

Ограничения исследования: небольшой объём выборки (n=18), использование самооценки вместо объективной статистики, отсутствие статистической проверки значимости различий, одноразовый срез данных.

Перспективы дальнейших исследований: расширение выборки, включение объективных показателей эффективности, изучение динамики климата в течение сезона, сравнительный анализ мужских и женских команд, оценка эффективности внедрения рекомендаций.

Несмотря на ограничения, работа вносит вклад в эмпирическое изучение психологического климата в женском студенческом баскетболе и предлагает конкретные, доступные меры для тренеров и капитанов.

### **Список литературы**

1. Ковалев В. А. Роль психологического климата в формировании командной эффективности // Спортивный психолог. 2021. № 2. С. 34–41.
2. Петрова Н. В. Сравнительный анализ психологического климата в мужских и женских студенческих командах // Физическая культура и спорт в высшей школе. 2023. № 1. С. 52–59.
3. Ракитская О. Н., Рогачева М. О. Социально-психологический климат как условие формирования команды и достижения результатов в спортивной деятельности // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 78-3. С. 165–175.
4. Сидоренко Е. П., Ковалёва А. В. Влияние социально-психологического климата на результативность в женских игровых видах спорта // Спортивный психолог. 2022. № 3. С. 24–29.
5. Шемчук М. А., Шмелева Е. А. Психологический климат и коллективная эффективность в спортивной команде // Научный поиск: личность, образование, культура. 2023. № 1. С. 34–41.
6. Таран И. И., Тимофеев А. Д. Особенности и взаимосвязь отношений «тренер–спортсмен» и психологического климата в студенческих баскетбольных командах разного пола, выступающих в АСБ России // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2025. С. 267–274. DOI: 10.5930/1994-4683-2025-267-274.

### **Список источников**

7. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб. : Питер, 2019. 352 с.
8. Кретти Б. Д. Психология в современном спорте : пер. с англ. М. : Спорт, 2018. 352 с.
9. Гогунев Е. Н., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта. М. : Академия, 2013. 288 с.

10. Коломейцев Ю. А. Социальная психология спорта. Минск : БГУФК, 2014. 292 с.
11. Ильинич В. И. Физическая культура студента. М. : Гардарики, 2018. 464 с.
12. Яковлев Б. П., Бабушкин Г. Д. Психология спортивной команды. Омск : СибГУФК, 2020. 156 с.
13. Лутошкин А. Н. Эмоциональные потенциалы коллектива. М. : Педагогика, 1988. 128 с.