

## ПРЕДСЪСТЕЗАТЕЛНА ТРЕВОЖНОСТ СРЕД ФЕХТОВАЧИТЕ ФИЛИП ШАБАНСКИ

### Втора част

#### ЦЕЛ И МЕТОДИ НА ИЗСЛЕДВАНЕ

В научната литература има вече достатъчно изследвания за интензитета на предсъстезателната тревожност и за връзката ѝ със самочувствието на състезателите, но подобни проучвания са все още недостатъчни в областта на фехтовката. Целта на настоящата статия е да се изследва зависимостта между предсъстезателната тревожност и самочувствието на фехтовачите в три спортни клуба. Задълбочаването на знанията в този спорт би помогнало на съответните треньори и педагози да намират подходящите методи и средства за справяне с психологичните проблеми, поради което главната цел на настоящата статия е да се определи силата и посоката на предсъстезателната тревожност сред фехтовачите.

Изследването е направено върху извадка от фехтовачи в спортните клубове „Академик”, „Волов” и „Шумен” в периода април – юни 2014 г.. След формалното съгласие на Федерацията по фехтовка беше проведена лична среща с картотекираните състезатели от трите клуба. От поканените за участие в проучването общо 78 души, се отзоваха 59. Самото проучване беше проведено по време на редовни тренировки, като беше изрично декларирано, че участието е напълно анонимно и отговорите няма да бъдат оповестявани.

При провеждането на емпиричното изследване е използвана самооценъчна методика – Скалата на Ревизираната състезателна ситуативна тревожност-2 на Кокс и др. (Cox, R., Martens, M. & Russell, W. (2003)<sup>1</sup>. Методът за диагностика съдържа 27 айтъма, разделени в три суб-скали: соматична тревожност, когнитивна тревожност и самочувствие. Всеки айтъм започва с въпроса „Как се чувствате преди състезание?”.

Отговорите се оценяват по 4-степенна скала от Ликертов тип, като фехтовачите отбелязват степената, в която са съгласни с предложените твърдения, като отговор 1 („съвсем не съм съгласен”) носи една точка, а отговор 4 („напълно съм съгласен”) носи четири точки. Само-оценката изисква състезателите да посочат също посоката на тревожността, тоест дали дадените симптоми по всичките айтъми оказват благоприятно или отрицателно влияние върху успешното представяне на състезанието въз основа на скалата, разработена от Джоунс и Суейн (Jones, G. & Swain, A. (1992)<sup>2</sup>. Скалата започва с оценка от -3 „разрушително” до +3 „много стимулиращо”, така че оценките по скалата може да варират от -27 до +27. Негативният резултат показва нестимулиращо състояние, а положителния – стимулиращо. Оценката нула означава, че силата на тревожността не оказва влияние върху изхода на спортното състезание. Статистическата обработка на получените данни е извършена с помощта на компютър на програмата SPSS.

---

<sup>1</sup>Cox, R., Martens, M. & Russell, W. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 519-533.

<sup>2</sup> Jones, G. & Swain, A. (1992). Intensity and direction of competitive state anxiety and relationships with competitiveness. *Perceptual and Motor Skills*, 74, 467-472.

Използвани са методите на описателната статистика, оценката на надеждността на използваните тестове с помощта на коефициента за вътрешна консистентност Cronbach's Alpha, дисперсионния анализ, корелационния и регресионен анализ.

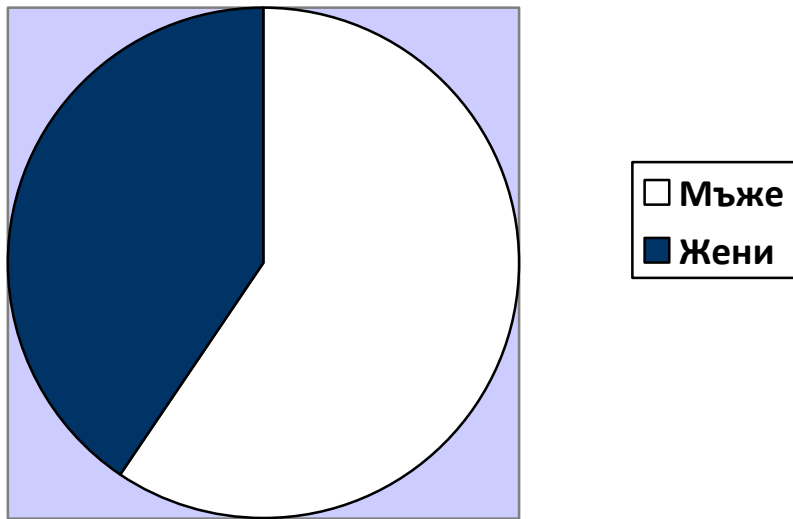
Консистентността на айтемите е изследвана съгласно процедурата за оценка на вътрешната съгласуваност Алфа на Кронбах, като стойностите на алфите се тълкуват по изразения в табл. 1 начин.

Таблица 1. Оценка на качеството на скалата

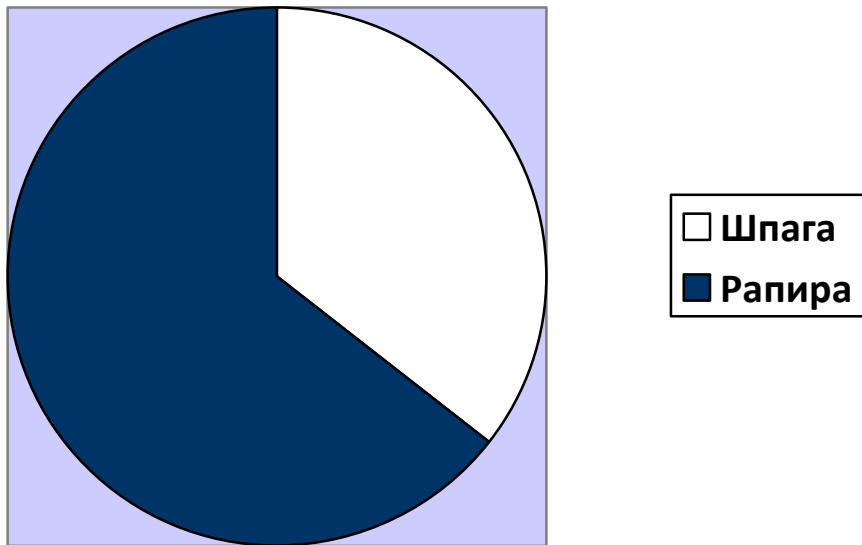
Стойност на коефициента йлфа на Кронбах	Равнище на качеството
0.9 – 1	Отлично
0.8 – 0.9	Много добро
0.7 – 0.8	Добро за практически цели
0.6 – 0.7	Скромно
0.6 и надолу	Мизерно

## **РЕЗУЛТАТИ**

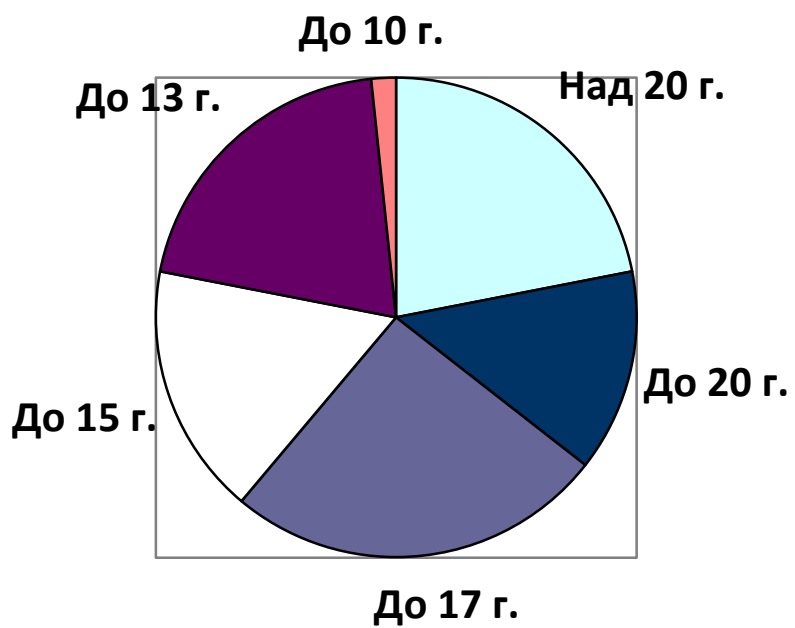
Както става ясно от фиг. 3, 4, 5, 6 и 7, социално-демографският профил на извадката показва, че участват състезатели от две оръжия – рапира и шпага. Възрастта варира в широки граници, като преобладава възрастовата група в интервала 13 – 17 г. Най-възрастният интервюиран е ветеран на 45 г., а най-малкият участник – само на 6 г. Основната част от проучваните (около 60 %) имат спортен стаж до 5 г., а участникът с най-дълъг стаж тренира от 32 г. Възрастовата структура на извадката до голяма степен определя и професионалното занимание. Преобладават учениците и студентите, а работещите представляват около 20 % от изследваните лица.



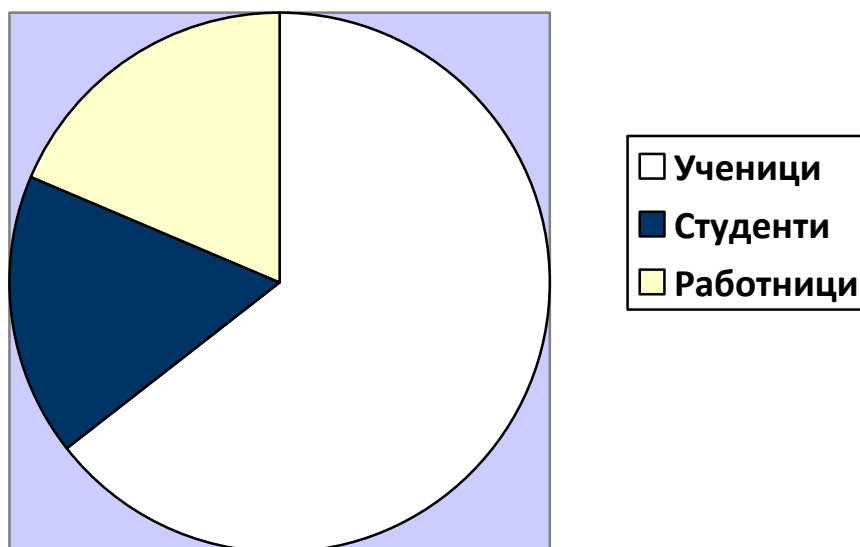
Фигура 3. Разпределение на изследваните по пол



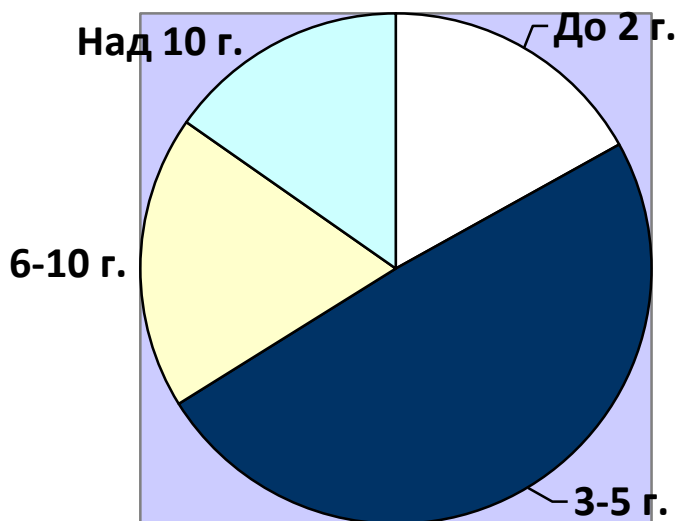
Фигура 4. Разпределение на изследваните по вид оръжие



Фигура 5. Разпределение на изследваните по възраст



**Фигура 6. Разпределение на изследваните по пол**



**Фигура 7. Разпределение на изследваните по продължителност на спортния стаж**

Представените резултати показват, че скалите се характеризират с добра вътрешна съгласуваност на айтемите с изключение на Силата на соматичната тревожност.

Коефициентът на вътрешна консистентност – Алфа на Кронбах за отделните скали варира в диапазона от 0,65 до 0,80 ( Табл. 2).

Таблица 2. Описателна статистика и оценка на надеждността

	$\alpha$	M	SD
Сила на соматичната тревожност	.65	2.62	.91
Сила на когнитивната тревожност	.75	2.02	.50
Степен на самочувствие	.71	3.0	.80
Посока на соматичната тревожност	.77	-.56	1.05
Посока на когнитивната тревожност	.78	-.70	1.15
Посока на самочувствието	.80	1.94	1.02

Оценките на дескриптивната статистика за силата и посоката на компонентите (стимулиращо или обезкуражаващо съответно) за пред-състезателната тревожност отразяват високи средни оценки за самочувствието и умерени – за соматичната тревожност. Що се отнася до усещането на състезателите за влиянието на техните симптоми, резултатите показват, че считат когнитивната и соматичната тревожност за пречка, а само-чувствието – за стимул при постигането на високи постижения.

Факторният анализ потвърди, че всеки въпросник е съставен от три суб-скали, които заедно обясняват около 58 % от общата вариация по показателя „сила”, като показателят КМО за адекватността на извадката е .651, а тестът на Барлет за сферичност е значителен ( $p=.000$ ). Цялата обяснена вариация в показателя „посока” е около 51 % при показател КМО за адекватност на извадката е .653 и тест на Барлет за сферичност – значителен ( $p=.000$ ).

Тъй като тестът на Колмогоров – Смирнов показва равномерно разпределение на данните, за да се установят зависимостите между отделните компоненти на тревожността беше използван корелационният анализ, който представлява бивариационно честотно разпределение и по-специално коефициентът на Пийърсън ( $r$ ). Тестът показва значителна корелация между силата на когнитивната и соматичната тревожност и незначителна корелация между респективните сили на само-чувствието и когнитивната тревожност. Позитивна се оказва корелацията както между силата и посоката на самочувствието, така и на посоките на когнитивната и соматичната тревожност (Табл. 3).

Таблица 3. Матрица на корелационната зависимост между силата и посоката на елементите на пред – състезателната тревожност сред фехтовачите

	1	2	3	4	5
Сила на соматичната тревожност	.530**				
Сила на когнитивната тревожност	-.302*	-.123			
Степен на самочувствие	.034	.074	.012		
Посока на соматичната тревожност	.044	.133	-.123	.535**	
Посока на когнитивната тревожност	-.256	-.165	.564**	-.162	-.160
Посока на самочувствието					

\*\* Корелацията е значителна на равнище .01.

\*Корелацията е значителна на равнище .05.

Използвайки метода на простата линейна регресия, беше установено, че силата на когнитивната тревожност е полезен предсказател на силата на соматичната тревожност (коефициентът на регресия  $\beta = .305$ ,  $p=0.000$ ) и че посоката на когнитивната тревожност предсказва добре посоката на соматичната тревожност (коефициентът на регресия  $\beta = .489$ ,  $p=0.000$ ). В същото време силата на само-чувствието е добър предсказател за посоката (коефициентът на регресия  $\beta = .703$ ,  $p=0.000$ ) и негативен показател на силата на когнитивната тревожност (коефициентът на регресия  $\beta = .195$ ,  $p=0.018$ ).