

## Снижение психологических барьеров принятия ответственности у гандболистов-подростков: лонгитюдное исследование

© 2023

*Дементьева Ирина Михайловна*, медицинский психолог, ведущий психолог  
научно-исследовательской лаборатории психологических проблем физической культуры и спорта  
Центр общественного здоровья и медицинской профилактики, Краснодар (Россия)  
Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар (Россия)

E-mail: 80angel@mail.ru,  
medprof@miackuban.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6328-9118>

**Аннотация:** Представлены результаты формирующего эксперимента, ориентированного на повышение готовности спортсменов-подростков к принятию ответственности за счет снижения затрудняющих его психологических барьеров. Исследование обусловлено необходимостью благоприятной социализации подростков доступным способом, через формирование и развитие такого личностного ресурса адаптации, как ответственность. В лонгитюдном исследовании приняли участие 16 спортсменов подросткового возраста, учащихся в «Академии гандбола» г. Краснодара. Выделены личностные особенности, выступающие как барьеры проявления ответственности в подростковом возрасте: тревожность, недостаточно развитые мотивация и самоуправление, отрицательные копинг-стратегии (бегство, дистанцирование), перекладывание ответственности на других или на обстоятельства. Использованы методики определения уровня ответственности, мотивации, саморегуляции, копинг-стратегий, тревожности, уровня развития группы, оценки взаимоотношений тренера и спортсменов. Формирующий эксперимент развития ответственности проводился с применением методики психологического тренинга в подростковой гандбольной команде в течение года. Эффективность тренинга оценивалась тремя диагностическими срезами. Учитывались изменения абсолютных значений измеряемых показателей и корреляционные связи между ними. Результаты исследования показали, что фактором, препятствующим снятию психологических барьеров принятия ответственности, является повышенная тревожность юных спортсменов. Продолжительная тренинговая работа с гандболистами продемонстрировала свою актуальность и необходимость на протяжении всего взросления молодого поколения, а также возможность снижения барьеров в деятельности и социализации у подростков.

**Ключевые слова:** психологические барьеры; принятие ответственности; психологические барьеры принятия ответственности; гандболисты-подростки; подростковый возраст; тренинг; социализация молодого поколения.

**Благодарности:** Исследование выполнено на базе ГБУ ДО КК СШ «Академия гандбола».

**Для цитирования:** Дементьева И.М. Снижение психологических барьеров принятия ответственности у гандболистов-подростков: лонгитюдное исследование // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2023. № 2. С. 45–52. DOI: 10.18323/2221-5662-2023-2-45-52.

### ВВЕДЕНИЕ

Современные условия жизнедеятельности достаточно нестабильны и требуют высокой адаптивной способности и определения в социуме, что проявляется в достаточно высоких требованиях процесса социализации к формирующейся личности подростков [1; 2]. С одной стороны, в настоящее время социализация молодого поколения имеет множество направлений, начиная от традиционных массово-культурных мероприятий, куда входят спорт, искусство, до современных тенденций аудиовизуальных и мультимедийных систем коммуникации [3]. С другой стороны, большинство институтов, занимающихся прямой или косвенной социализацией подростков, имеют коммерческую составляющую, что усложняет доступ и затрудняет выбор ориентиров для подростков. Спортивная деятельность является одобряемым и престижным выбором, подчеркивающим активную позицию, целенаправленность, стремление достичь успеха собственными силами, через самореализацию, прохождение профессионального отбора, увеличивая ресурсную составляющую личности [4; 5].

Социализация в спорте происходит через профессиональное развитие и взаимодействия со структурой соревнования, которые влияют на формирование личности, моральных ценностей, жизненных ориентиров, несение ответственности за свои действия и расширение сферы личных контактов [6]. Ответственность личности считается одним из ключевых факторов успешности в спорте и других видах деятельности. Она рассматривается как ресурс, способствующий активности, принятию и реализации решений, стимулирующий развитие физических качеств и мастерства [7; 8].

Однако подростковый возраст характеризуется повышенным интересом спортсменов к адаптации в среде сверстников, так как зачастую они являются соперниками в сфере достижения высоких результатов или в борьбе за элитное место в команде. Такое поведение подростков отражает их внутреннюю нестабильность, нехватку личностных ресурсов для реализации своих умений и желаний [3; 9].

Существенным моментом становится внутренняя готовность подростков принять ответственность на себя в сложных ситуациях и отвечать за последствия, что может проявиться как в положительных, так и в отри-

цательных результатах. В спорте это могут быть место на соревнованиях, индивидуальный авторитет и значимость в команде, а также наличие порицаний со стороны. При этом подростковый возраст является сенситивным периодом в проявлении ответственности как становления взрослой позиции, однако в современном мире даже более возрастное поколение часто не проявляет ответственность в деятельности или жизненной позиции, что подтверждено исследованиями [10].

Переживание отрицательного опыта, который способствует возникновению тревожности в оценке деятельности, фрустрации при неожиданных проигрышах или травме в спорте, совершении ошибок, подрывающих уверенность в себе, заставляет подростков оценивать свои возможности более осмысленно и строго. Это приводит к оценке ситуации и выбору пассивной позиции, к отказу участвовать в ситуации или появлению желания перекладывать ответственность на других, якобы сохраняя свое достоинство. Именно такое поведение относится к деструктивным проявлениям ответственности: динамическая азгичность – нерешительность, пассивность в поведении; эмоциональная астеничность – отрицательные эмоции при необходимости выполнять ответственные дела; регуляторная экстернальность – зависимость от других и от обстоятельств; когнитивная осведомленность – поверхностное понимание ответственности, акцентирование внимания на отрицательных последствиях принятия ответственности [11].

Таким образом, с одной стороны, подростковый возраст благоприятен для развития ответственности в силу восприятия ее подростками как проявления взрослости, к которой они стремятся. С другой стороны, происходящее в подростковом возрасте развитие самосознания порождает сомнения в своих возможностях, что проявляется, в частности, в росте самооценочной тревожности, специфичном для данного возраста. Этим объясняется вероятность деструктивных проявлений ответственности, с преодолением которых подросткам трудно справиться самостоятельно, без психологической поддержки со стороны социального окружения. В связи с этим в современных условиях чрезвычайно важно выявление психологических факторов, позволяющих преодолеть барьеры перед принятием ответственности, индикатором которых является наличие деструктивных форм ее проявления. Преодоление барьеров, мешающих принятию подростками ответственности, является существенным условием ее развития на уровне личностного свойства, проявляющегося устойчиво и независимо от ситуативных влияний. В связи с этим данное исследование посвящено проверке предположения о том, что целенаправленное воздействие в форме психологического тренинга, направленное на осмысление подростками сути ответственности и развитие необходимых для реализации ответственности личностных качеств, будет снижать деструктивные проявления ответственности, препятствующие становлению ее зрелых форм.

В работе рассматривается спортивная деятельность как модель, где ярко проявляется процесс развития и формирования ответственности, агармонические (деструктивные) составляющие (формы) ответственности и их связи с качествами личности у гандболистов подросткового возраста.

Цель исследования – установление возможности развития личностных ресурсов, позволяющих спортсменам-подросткам преодолевать барьеры принятия ответственности, которые в большинстве случаев выражаются в деструктивных проявлениях.

## МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Формирование личностных ресурсов, способствующих преодолению психологических барьеров принятия ответственности, проводилось методом психологического тренинга, включающего в себя 30 занятий по 2,5–3 ч каждое с 16 гандболистами 14–15 лет мужского пола. Технология проведения тренинговой работы осуществлялась по общепринятым нормам и правилам [12; 13].

В разработке тренинга мы опирались на установленные правила, принципы проведения психологического тренинга с использованием элементов уже имеющихся программ, а также на актуальные потребности гандбольной команды в процессе участия в чемпионате России. Каждое занятие содержало теоретический и практический блоки, обеспечивалось взаимодействие участников, подводились итоги занятия.

Задачи тренинга:

- повысить уровень осознания и понимания сути качества «ответственность», его проявления в поведении;
- сформировать положительную мотивацию к ответственному поведению в обществе и командной работе;
- развить практические навыки саморегуляции поведения и эмоционального состояния в сложных ситуациях;
- выработать ролевые функции и обязанности в социальной среде (семье, классе, спортивной команде).

Исследование проводилось методом case study в реальных условиях подготовки спортсменов для обеспечения переноса эффекта тренинга в жизнь. Достоверность эксперимента проверялась по критерию воспроизводимости результатов тренинга при его проведении в двух группах, занимающихся у одного и того же тренера. В работе представлены результаты второй группы. Данные тренинга первой группы публиковались ранее [14].

Эффективность тренинга оценивалась тремя диагностическими срезами: перед началом тренинга, через 3 месяца и в конце годового периода. С начала тренинговой работы до второго диагностического среза были проведены 14 тренинговых занятий и дополнительное индивидуальное консультирование спортсменов, тренера и родителей.

Выбор методик диагностируемых параметров осуществлялся на основе данных проведенного ранее констатирующего этапа исследования, где были выделены измеряемые показатели личности, связанные с проявлением ответственности: мотивация, копинг-стратегии, тревожность, самоуправление и др. [14; 15].

Применялись следующие методы психодиагностики: многомерно-функциональная диагностика ответственности – ОТВ-70 (выраженный показатель – 25 баллов, ситуативный показатель – от 16 до 24), разработанная В.П. Прядеиным [11]; шкала «Тренер – спортсмен» Ю. Ханина, А. Стамбулова (максимальное значение по шкале – 8) и методика диагностики уровня развития малой группы (высокий – от 76 до 100, средний – от 46 до 75, низкий – от 30 до 45) [16]; копинг-

тест Р. Лазаруса (высокий – от 13 до 18, средний – от 7 до 12, низкий – от 0 до 6)<sup>1</sup>; методика Дж. Валеранда «Почему я занимаюсь спортом» (высокий – от 21 до 28, средний – от 12 до 20, низкий – от 4 до 11)<sup>2</sup>; шкала личностной тревожности А.М. Прихожан (полученные данные сопоставляются с нормативными показателями группы учащихся соответствующего возраста и пола) [17]; методика Н.М. Пейсахова «Способность самоуправления» (высокий – от 5 до 6, средний – от 3 до 4, низкий – от 1 до 2)<sup>3</sup>. В обработке данных использовались сравнительный анализ Вилкоксона и корреляционный анализ Спирмена, IBM SPSS Statistics 25.05.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Первым индикатором эффекта проведенной тренинговой работы стали данные об изменении показателей деструктивных форм ответственности от начала до завершения. Медианы показателей деструктивных форм ответственности гандболистов до и после проведения тренинговой работы представлены в таблице 1.

Все медианы показателей деструктивных форм ответственности находятся в диапазоне, свидетельствующем о ситуативности проявлений ответственности. В процессе психологической работы (тренинга) снизились показатели деструктивных форм ответственности. Наиболее чувствительными к изменениям оказались параметры динамической азгичности и регуляторной экстернальности. Это указывает на наличие у подростков-спортсменов «зоны ближайшего развития» ответственности, по терминологии Л.С. Выготского [18], в форме готовности спортсменов проявлять активность и принятие ответственности в важных делах, которую раскрыла тренинговая работа.

Достоверные различия полученных данных по *T*-критерию Вилкоксона были обнаружены между первыми диагностическими данными (до проведения тренинга) и после 14 занятий по показателям когнитивной осведомленности ( $T_{эмп}=1, p<0,05$ ) и эмоциональной астеничности ( $T_{эмп}=10, p<0,05$ ). Достоверные различия были получены по показателю ответственности «регуляторная экстернальность» ( $T_{эмп}=3, p<0,05$ ) до тренинга и после его полного завершения.

Как индикатор эффекта тренинга рассматривались корреляционные связи между изучаемыми показателями. Данные корреляционного анализа позволили обнаружить связи форм ответственности с личностными качествами спортсменов. Это дает возможность выделить качества, способствующие или препятствующие проявлению деструктивных форм ответственности в поведении подростков.

Корреляционные связи деструктивных форм ответственности и личностных качеств спортсменов до тренинга показаны в таблице 2.

Пассивность при выполнении ответственных дел (динамическая азгичность) у гандболистов-подростков положительно связана с компонентом саморегуляции «планирование» и внешней мотивацией «интроекция». Перенос ответственности на других или на события (регуляторная экстернальность) также положительно связан с показателем саморегуляции «планирование», оценкой поведения тренера со спортсменами. Установлена только одна отрицательная связь регуляторной экстернальности – с компонентом саморегуляции «целеполагание». Полученные данные являются противоречивыми, так как у подростков, занимающихся гандболом, положительные параметры поддерживают такое деструктивное проявление ответственности, как пассивность поведения и отказ от ответственных дел, в то время как положительные связи эмоциональной астеничности являются логичными с отрицательными копинг-стратегиями преодоления сложных ситуаций.

Корреляционные связи деструктивных форм ответственности и личностных качеств спортсменов после проведения 14 тренинговых занятий отражены в таблице 3.

Полученные данные выявили закономерные и структурно-логические связи, при которых конструктивные личностные качества спортсменов снижают проявления деструктивных форм ответственности. Показатели самоуправления снижают все деструктивные формы ответственности, показывая важность развития этого компонента личности для реализации в деятельности и становлении более продуктивной позиции у подростков. Высокая оценка гандболистами подросткового возраста удовлетворенности эмоциональным и поведенческим компонентами взаимоотношений с тренером связана со снижением отрицательных эмоций, пассивности и перекладывания ответственности на других.

Количество корреляционных связей показателей ответственности и личностных качеств подростков после завершения тренинга оказалось меньше, чем в начале и середине исследования (таблица 4).

Переживание отрицательных эмоций в процессе выполнения ответственных дел (эмоциональная астеничность) у гандболистов связано с тревожностью, указывающей на неуверенность в себе, важность оценки своих способностей извне, характерное для подростков «придирчивое» отношение к себе. Уровень развития команды до дружеского участия, заинтересованности в каждом члене команды, а также наличие общих принципов и требований снижают пассивность в общем деле (динамическую азгичность) у спортсменов.

Следует отметить, что только на завершающей стадии формирующего эксперимента появилась корреляционная связь формы ответственности (динамическая азгичность) с показателем уровня социально-психологического развития группы. Отрицательный знак этой корреляционной связи можно расценить как позитивный эффект тренинга, который способствовал осознанию подростками значимости общения и сотрудничества с товарищами по команде.

## ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Сравнительный анализ изменений показателей деструктивных форм ответственности у гандболистов подросткового возраста от начала к середине и концу тренинга

<sup>1</sup> Рогалева Л.Н., Дубинкина Ю.А. Психодиагностика в спорте. Екатеринбург: Уральский федеральный университет, 2022. 84 с.

<sup>2</sup> Горская Г.Б. Психологический контроль в системе психологического сопровождения подготовки спортсменов. Краснодар: КГУФКСИТ, 2012. 82 с.

<sup>3</sup> Багадирова С.К. Формирование компетенции в целеполагании. Майкоп: Магарин О.Г., 2017. 112 с.

**Таблица 1.** Медианы показателей деструктивных форм ответственности (методика ОТВ-70) у гандболистов подросткового возраста до тренинга, после 14 проведенных занятий и по завершении тренинга

Деструктивные формы ответственности	Медианы (баллы)		
	До тренинга	14 тренинговых занятий	После тренинга
Динамическая азргичность	18	17	16
Когнитивная осведомленность	20	18	19
Эмоциональная астеничность	20	20	18
Регуляторная экстернальность	20	18	17

**Таблица 2.** Корреляционные взаимосвязи показателей деструктивных форм ответственности и качеств личности подростков-гандболистов до тренинга

Деструктивные формы ответственности	Коэффициент корреляции	Личностные качества
Динамическая азргичность	0,648** 0,516*	Планирование (саморегуляция) Внешняя мотивация к занятиям спортом (интроекция)
Эмоциональная астеничность	0,684** 0,663**	Дистанцирование (копинг-стратегия) Бегство (копинг-стратегия)
Регуляторная экстернальность	-0,554* 0,613** 0,509*	Целеполагание (самоуправление) Планирование решения проблемы (копинг) Оценка удовлетворенности спортсменов поведенческим компонентом общения с тренером

Примечание. \* – корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторонняя); \*\* – на уровне 0,01 (2-сторонняя).

**Таблица 3.** Корреляционные взаимосвязи показателей деструктивных форм ответственности и качеств личности подростков-гандболистов после 14 занятий формирующего тренинга

Деструктивные формы ответственности	Коэффициент корреляции	Личностные качества
Динамическая азргичность	-0,559* -0,510* -0,716** -0,792**	Прогнозирование (самоуправление) Принятие решения (самоуправление) Общий показатель самоуправления Оценка удовлетворенности спортсменов поведенческим компонентом общения с тренером
Когнитивная осведомленность	0,621* 0,509*	Дистанцирование (копинг-стратегия) Уровень развития малой группы
Эмоциональная астеничность	-0,520* 0,579* -0,740**	Принятие решения (самоуправление) Магическая тревожность Оценка удовлетворенности спортсменов эмоциональным компонентом общения с тренером
Регуляторная экстернальность	-0,539* 0,695** 0,710** -0,519*	Планирование (самоуправление) Дистанцирование (копинг-стратегия) Бегство (копинг-стратегия) Оценка удовлетворенности спортсменов эмоциональным компонентом общения с тренером

Примечание. \* – корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторонняя); \*\* – на уровне 0,01 (2-сторонняя).

**Таблица 4.** Корреляционные взаимосвязи показателей деструктивных форм ответственности и качеств личности гандболистов подросткового возраста после формирующего тренинга

Деструктивные формы ответственности	Коэффициент корреляции	Личностные качества
Динамическая азгичность	-0,531*	Уровень социально-психологического развития малой группы
Эмоциональная астеничность	0,538* 0,531* 0,460*	Общая тревожность Школьная тревожность Самооценочная тревожность

Примечание. \* – корреляция значима на уровне 0,05 (2-сторонняя).

показывает расширение понимания понятия ответственности, ее роли и вариантов проявления в поведении, умение распознавать в жизненных ситуациях ответственное поведение. На это указывает снижение индикаторов деструктивных форм ответственности от начала к завершению тренинга. Следствием этого становится переживание положительных эмоций при выполнении ответственных дел. Снижение же переключивания ответственности в делах на других или на обстоятельства (регуляторная экстернальность) произошло за более длительный период, что отражает необходимость в приобретении возможностей и опыта принятия ответственности на себя в делах и жизненных ситуациях.

В зарубежных исследованиях выявлена связь мотивации, вовлеченности и ориентации на решения задач с личной и социальной ответственностью спортсменов [19]. Наша работа показала по результатам достоверных различий показателей форм ответственности, что спортсмены, занимающиеся гандболом, готовы проявлять активность и принимать ответственность в важных делах. При этом подросткам важна поддержка взрослых в проявлении их активности и одобрение становления их самостоятельности. Тренинговая работа способствовала снижению проявления деструктивных форм ответственности у спортсменов подросткового возраста.

Данные корреляционного анализа показателей, полученных до начала проведения тренинга, оказались во многом противоречащими ожидаемым. К этой категории относятся положительные связи характеристик самоуправления, мотивации и оценки удовлетворенности спортсменов поведенческим компонентом общения с тренером с деструктивными формами ответственности. Они подчеркивают подростковые особенности формирования личности. С одной стороны, чем выше уровень саморегуляции действий у подростков-гандболистов, тем выше осознанность своих возможностей и ресурсов для достижения успеха. С другой стороны, это может приводить к отказу от ответственности и активности в деле вследствие оценки сложности поставленной задачи. Адекватная оценка своих способностей и навыков приводит к ощущениям неуверенности в успехе или сомнениям в себе, своих действиях, к переживанию повышенного давления чувства ответственности перед значимыми другими.

В течение и после проведения тренинга корреляционные связи деструктивных форм ответственности с личностными характеристиками у спортсменов при-

обрели закономерный вид. Иначе говоря, эмоциональная астеничность более вероятна при росте стремления гандболистов отстраниться от участия в разрешении возникших сложных ситуаций. Владение системой целеполагания, включающей правильную постановку ключевой цели и разработку путей ее достижения через задачи, с анализом каждого этапа, снижает отказ от ответственности в деле (регуляторная экстернальность) у спортсменов. Эти данные отражают особенности возрастного периода гандболистов, их стремление быть принятыми в группе и успешными. Подчеркивается важность установления тренером позитивного настроения и психологического климата, а также демонстрации компетентности в деятельности как образца.

Корреляционные связи исследуемых показателей, полученные после завершения тренинга, указывают на актуальные направления дальнейшей работы по укреплению полученных положительных результатов: совершенствование межличностных отношений в группе гандболистов-подростков, преодоление проявлений подростковой тревожности.

Полученные связи также подчеркивают необходимость обучения подростков навыкам саморегуляции поведения и эмоционального состояния как ресурса, что осуществляется психологическими методами.

## ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Таким образом, можно сделать вывод, что ответственное поведение у подростков тесно связано с навыками самоуправления деятельностью и эмоциональным состоянием, уровнем развития группы, установленным взаимодействием тренера и спортсменов, включающим положительный эмоциональный фон, демонстрацией внимания к развитию каждого спортсмена, этическими качествами и учетом индивидуальности воспитанников. Копинг-стратегия «дистанцирование» и личностная тревожность у гандболистов подросткового возраста способствуют проявлению деструктивных форм ответственности, выражающихся в поверхностном понимании сути ответственности, переживании отрицательных эмоций в процессе выполнения ответственных дел и отказе от принятия ответственности с переносом ее на других.

Тренинг формирования ответственности у гандболистов подросткового возраста продемонстрировал возможности снижения деструктивных форм ответственности и доказал необходимость проведения

продолжительной психологической работы со спортсменами. Не вызывает сомнения то обстоятельство, что без профессиональной поддержки и возможности ее получения у спортсменов подросткового возраста трудно ожидать полноценного развития ответственности как ресурса их самореализации в спорте и благополучия их жизненного пути.

Данные проведенных диагностических срезов в ходе тренинга показали, что быстрых изменений и формирования положительных личностных качеств не происходит, что требует профессионального психологического сопровождения на всех этапах спортивной подготовки.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Мерзлякова С.В., Бибарсова Н.В. Ответственность как фактор развития семейного самоопределения в юношеском возрасте // Национальный психологический журнал. 2022. № 2. С. 3–13. EDN: [RFXNPP](#).
2. Сорокин А.И. Ответственность как категория социальной психологии // Страховские Чтения. 2018. № 26. С. 267–271. EDN: [YXSSBN](#).
3. Китова Д.А., Журавлев А.Л. Феномен ответственности в структуре представлений россиян о профессиональной деятельности // Психологический журнал. 2022. Т. 43. № 5. С. 47–57. DOI: [10.31857/S020595920022781-5](#).
4. Горская Г.Б., Совмиз З.Р. Психологические ресурсы преодоления долговременных психических нагрузок на разных этапах профессиональной карьеры спортсменов командных видов спорта // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2018. № 3. С. 88–93. EDN: [YCNIEH](#).
5. Николаев Г.М., Федорова С.Н. Методики спортивного отбора на основе комплексной оценки перспективности юных спортсменов // Вестник Марийского государственного университета. 2020. Т. 14. № 3. С. 306–311. DOI: [10.30914/2072-6783-2020-14-3-306-311](#).
6. Тищенко В.А., Шипенко А.А. Исследование психофизиологического состояния квалифицированных гандболистов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. № 4. С. 169–172. EDN: [UZCDQD](#).
7. Калашникова М.М. Ответственность личности как объект исследований в отечественной психологии // Психолого-педагогический поиск. 2011. № 19. С. 156–165. EDN: [OQPQGH](#).
8. Резапкина Г.В., Федосеева И.А. Что такое ответственность: от диагностики к развитию // Вестник практической психологии образования. 2017. Т. 14. № 1. С. 42–48. EDN: [YYAHTN](#).
9. Carreres-Ponsoda F., Escarti A., Jimenez-Olmedo J.M., Cortell-Tormo J.M. Effects of a Teaching Personal and Social Responsibility Model Intervention in Competitive Youth Sport // Frontiers in Psychology. 2021. Vol. 12. Article number 624018. DOI: [10.3389/fpsyg.2021.624018](#).
10. Баркунова О.В., Седова С.С., Смирнова О.А. Формирование социально ответственного поведения студентов вуза // Современные наукоемкие технологии. 2021. № 5. С. 124–128. DOI: [10.17513/snt.38668](#).
11. Прядеин В.П. Психодиагностика личности: Избранные психологические тесты. Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2014. 215 с. EDN: [PCVHDL](#).
12. Кудряшева П.С. Тренинги личностного роста как способ управления идентичностью // Global science and innovations: Central Asia. 2021. № 1. С. 20–25. EDN: [VHUIJM](#).
13. Low W.R., Freeman P., Butt J., Stoker M., Maynard I. The role and creation of pressure in training: Perspectives of athletes and sport psychologists // Journal of Applied Sport Psychology. 2022. Vol. 4. P. 1–21. DOI: [10.1080/10413200.2022.2061637](#).
14. Дементьева И.М. Развитие ответственности у подростков, занимающихся гандболом // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2019. № 1. С. 363–367. EDN: [PNZRYF](#).
15. Дементьева И.М. Ресурсы и барьеры становления ответственности у спортсменов подросткового возраста // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2019. № 1. С. 84–89. EDN: [QDRFOK](#).
16. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Институт Психотерапии, 2002. 362 с.
17. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт, 2000. 304 с.
18. Лосик Г.В. Схема социализации ребенка по Л.С. Выготскому // Развитие личности. 2019. № 1. С. 88–114. EDN: [GYOHIX](#).
19. Martins P.J., Rosado A.F.B., Ferreira V., Biscia R. Personal and Social Responsibility among Athletes: the Role of Self-Determination, Achievement Goals and Engagement // Journal of Human Kinetics. 2017. Vol. 57. № 1. P. 39–50.

## REFERENCES

1. Merzlyakova S.V., Bibarsova N.V. Responsibility as a factor in the development of family self-determination in adolescence. *Natsionalnyy psikhologicheskii zhurnal*, 2022, no. 2, pp. 3–13. EDN: [RFXNPP](#).
2. Sorokin A.I. Responsibility as a category of social psychology. *Strakhovskie Chteniya*, 2018, no. 26, pp. 267–271. EDN: [YXSSBN](#).
3. Kitova D.A., Zhuravlev A.L. The phenomenon of responsibility in the structure of Russians' concepts about professional activities. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2022, vol. 43, no. 5, pp. 47–57. DOI: [10.31857/S020595920022781-5](#).
4. Gorskaya G.B., Sovmiz Z.R. Team sport athletes' psychological resources of coping with long-term psychological loads at different stages of professional career. *Fizicheskaya kultura, sport – nauka i praktika*, 2018, no. 3, pp. 88–93. EDN: [YCNIEH](#).
5. Nikolaev G.M., Fedorova S.N. Methods of sports selection based on a comprehensive assessment of the prospects of young athletes. *Vestnik Mariyskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2020, vol. 14, no. 3, pp. 306–311. DOI: [10.30914/2072-6783-2020-14-3-306-311](#).
6. Tishchenko V.A., Shipenko A.A. Researching of psychophysiological state qualified handballers. *Izvestiya Tul'skogo gosudarstvennogo universiteta. Fizicheskaya*

- kultura. Sport*, 2015, no. 4, pp. 169–172. EDN: [UZCDQD](#).
7. Kalashnikova M.M. Personal responsibility as an object of investigation of Russian psychology. *Psikhologo-pedagogicheskiy poisk*, 2011, no. 19, pp. 156–165. EDN: [OQPGQH](#).
  8. Rezapkina G.V., Fedoseeva I.A. What is responsibility: from diagnosis to development. *Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya*, 2017, vol. 14, no. 1, pp. 42–48. EDN: [YYAHTN](#).
  9. Carreres-Ponsoda F., Escarti A., Jimenez-Olmedo J.M., Cortell-Tormo J.M. Effects of a Teaching Personal and Social Responsibility Model Intervention in Competitive Youth Sport. *Frontiers in Psychology*, 2021, vol. 12, article number 624018. DOI: [10.3389/fpsyg.2021.624018](#).
  10. Barkunova O.V., Sedova S.S., Smirnova O.A. Formation of socially responsible behavior of university students. *Sovremennye naukoemkie tekhnologii*, 2021, no. 5, pp. 124–128. DOI: [10.17513/snt.38668](#).
  11. Pryadein V.P. *Psikhodiagnostika lichnosti: Izbrannye psikhologicheskie testy* [Personality psychodiagnosics: Selected psychological tests]. Surgut, Surgutskiy gosudarstvennyy pedagogicheskiy universitet Publ., 2014. 215 p. EDN: [PCVHDL](#).
  12. Kudryasheva P.S. Personal growth trainings as a way of identity management. *Global science and innovations: Central Asia*, 2021, no. 1, pp. 20–25. EDN: [VHUIJM](#).
  13. Low W.R., Freeman P., Butt J., Stoker M., Maynard I. The role and creation of pressure in training: Perspectives of athletes and sport psychologists. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2022, vol. 4, pp. 1–21. DOI: [10.1080/10413200.2022.2061637](#).
  14. Dementeva I.M. Development of responsibility among adolescents engaged in handball. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, 2019, no. 1, pp. 363–367. EDN: [PNZRYF](#).
  15. Dementeva I.M. Resources and barriers for the formation of responsibility among adolescent athletes. *Fizicheskaya kultura, sport – nauka i praktika*, 2019, no. 1, pp. 84–89. EDN: [QDRFOK](#).
  16. Fetiskin N.P., Kozlov V.V., Manuylov G.M. *Sotsialno-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyykh grupp* [Social-psychological diagnostics of the development of personality and small groups]. Moscow, Institut Psikhoterapii Publ., 2002. 362 p.
  17. Prikhozhan A.M. *Trevozhnost u detey i podrostkov: psikhologicheskaya priroda i vozrastnaya dinamika* [Anxiety in children and teenagers: The psychological nature and age dynamics]. Moscow, Moskovskiy psikhologo-sotsialnyy institut Publ., 2000. 304 p.
  18. Losik G.V. Patterns of child socialization according to L.S. Vygotsky. *Razvitie lichnosti*, 2019, no. 1, pp. 88–114. EDN: [GYOHIX](#).
  19. Martins P.J., Rosado A.F.B., Ferreira V., Biscaia R. Personal and Social Responsibility among Athletes: the Role of Self-Determination, Achievement Goals and Engagement. *Journal of Human Kinetics*, 2017, vol. 57, no. 1, pp. 39–50.

## Reducing psychological barriers of teenage handball players when taking responsibility: longitudinal study

© 2023

*Irina M. Dementieva*, medical psychologist, leading psychologist

of the Research Laboratory of Psychological Problems of Physical Culture and Sports

*Center for Public Health and Medical Preventive Care, Krasnodar (Russia)*

*Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar (Russia)*

E-mail: [80angel@mail.ru](mailto:80angel@mail.ru),  
[medprof@miackuban.ru](mailto:medprof@miackuban.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6328-9118>

**Abstract:** The paper reflects the results of a formative experiment aimed at increasing the readiness of adolescent athletes to take responsibility by reducing the psychological barriers that make it difficult. Responsibility as a personal quality is relevant in any activity, and adolescence is a sensitive period of its manifestation. This demonstrates the resource component of adolescence for the transition to adulthood and accompanies success in determining one's place in activity and socialization. The development of responsibility occurs due to its formation from childhood, in the process of learning by example and the transfer of freedom of action in feasible matters, which often contradicts our habitual paternalistic position of upbringing and involuntary support of infantilism of youth. The study of the literature and the earlier ascertaining stage of the study made it possible to identify personality qualities that act as barriers to the manifestation of responsibility in adolescence; they are: anxiety, low level of motivation and self-management, negative coping strategies (escaping or distancing), blaming other people or circumstances. This made it possible to select diagnostic material for evaluating the results of the formative experiment, based on the following six methods: determining the level of responsibility, motivation, self-regulation, coping strategies, anxiety, the level of group development, assessing the relationship between the coach and athletes. The longitudinal study involved 16 adolescent athletes from Krasnodar. The formative experiment of responsibility development was carried out using the methodology of psychological training in a youth handball team for a year. The effectiveness of the training was evaluated by three diagnostic sections. Changes in the absolute values of the measured indicators and correlations between them were taken into account. The results of the study showed that the factor preventing the removal of psychological barriers to accept responsibility is excessive anxiety of young athletes. The study demonstrates the need and importance for longitudinal psychological work with athletes.

**Keywords:** psychological barriers; taking responsibility; psychological barriers in accepting responsibility; teenage handball players; adolescence; training; youth socialization.

**Acknowledgments:** The study was carried out on the basis of the State Budgetary Institution of Additional Education of the Krasnodar Territory secondary school “Handball Academy”.

**For citation:** Dementieva I.M. Reducing psychological barriers of teenage handball players when taking responsibility: longitudinal study. *Vektor nauki Tolyattinskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika, psikhologiya*, 2023, no. 2, pp. 45–52. DOI: 10.18323/2221-5662-2023-2-45-52.