

СТАНОВИЩЕ

На дисертация за получаване на образователна и научна степен „доктор”
на тема: „Психологически фактори на спортните постижения при състезатели по
самбо” на Мария Георгиева Янчева, докторант в Катедра „Борба и джудо“ на НСА
„Васил Левски“

От проф. д-р Снежана Илиева,
Катедра „Социална, трудова и педагогическа психология”, СУ „Св. Климент Охридски”

Дисертацията разглежда проблем, който е значим за спортната теория и практика, но който има цялостно отношение към разбиране на ролята на психологическите фактори за постиженията в дадена дейност. Дисертационният труд е с обем от 177 страници, структуриран в три основни глави. Библиографията съдържа общо 206 източника, като коректно са представени приносите на българските автори в спортната психология и са цитирани множество съвременни изследвания в областта на психологията като цяло, които се отнасят до изследваната проблематика и в частност, изследвания на стреса, тревожността и личностните детерминанти на спортните постижения.

В първата глава детайлно и задълбочено са представени психологическите изисквания към състезателите по самбо, личностните детерминанти на спортното постижение и динамичните психични състояния. Съществено внимание е отделено на типовете темперамент и способността за самоконтрол като водещи за успеха в спорта. Представени са основните теории и подходи за изследване на стреса и тревожността и тяхната роля за спортната реализация. Докторантката се фокусира върху тези възгледи и теории, които са ценни от практическа гледна точка и имат приложение при подготовката на спортисти. Наред с това, тя показва познаване на съвременните психологически концепции и умения за подходящо интерпретиране на теориите и резултатите от емпирични изследвания.

Регулацията и оптимизацията на психичните състояния и спортното представяне са анализирани в отделен параграф, като се подчертава съществената разлика между другите дейности и спортната дейност, а именно, че критерий за нейната ефективност е регистрираното постижение по време на спортното състезание (с. 78). Това налага необходимостта да се прилагат адекватни методи за регулация и саморегулация на функционалните състояния и справяне със стреса и тревожността при състезатели, от

които най-често прилагани в спорта са регулация на дишането, прогресивна мускулна релаксация и автогенен тренинг. Анализирани на предимствата на апаратурните методи като съвременен подход за ментална тренировка, които се прилагат в цялостния тренировъчен процес за постигане на високи спортни резултати.

Във втората глава ясно са дефинирани целта, хипотезата и задачите на изследването. Изследвани са общо 96 състезатели по самбо, от които повече от половината са с изявени спортни постижения. Детайлно е описана методиката на изследване, която е съобразена с теоретичния обзор, целта, хипотезата и задачите на изследването и включва богатство от психологически въпросници и апаратурни методи.

В третата глава докторантката демонстрира високи професионални умения за интерпретиране на резултатите от изследванията, като съумява да изведе най-значимите психологически характеристики на състезателите по самбо, да очертае типологичните особености и уменията за самоконтрол, както и различията в нивата на възприет стрес и предсъстезателна тревожност по пол и класиране. Приложени са корелационен и регресионен анализ, за да се установят зависимостите между изследваните променливи. Установява се влиянието на невротизма върху когнитивната и соматичната тревожност, възприетия стрес и самоконтрола, както и на възприетия стрес и на предсъстезателната тревожност върху уменията за самоконтрол.

Докторантката не се задоволява само с резултатите от емпиричното изследване на типологичните особености, възприетия стрес, предсъстезателната тревожност и уменията за самоконтрол, които сами по себе си са достатъчно ценни за дисертационна разработка, а провежда експеримент, за да провери влиянието на апаратурните методи и автогенния тренинг върху нивото на възприет стрес, предсъстезателна тревожност и психомоториката, което дава основание да се оцени ефективността и предимството на апаратурните методи и тяхното приложение при подготовката на спортисти.

Цялостното впечатление от дисертационния труд е за прецизно изпълнение, което включва не само задълбочено професионално познаване на особеностите на спорта самбо, но и навлизане в чисто психологическа проблематика и нейното изследване с подходящи въпросници и статистически методи. Докторантката умело интерпретира резултатите, съпоставя получените данни и извежда закономерности, които позволяват да се отнесат не само към конкретната спортна дейност, но и към останали видове спорт. Подчертани са факторите, които влияят върху самоконтрола на спортистите и са очертани различията между спортистите в зависимост от тяхното класиране при

състезания. Посочени са подходи, които могат да се приложат за повишаване на ефективността на подготовката за високи спортни постижения, в случая е проучена ролята на апаратурните методи за ментална тренировка като допълнение и алтернатива на традиционно използваните методи.

Резултатите от направените изследвания имат не само практическа стойност за очертаване на психологическите особености и фактори, които влияят върху постиженията на спортистите по самбо, но закономерностите, установени относно влиянието на невротизма, възприетия стрес и тревожността върху уменията за самоконтрол, както и ролята на апаратурните методи за менталната подготовка на спортистите, представляват значим теоретико-емпиричен принос. Докторантката е автор на три статии по изследваната проблематика. Дисертацията съответства на критериите за получаване на образователната и научната степен „доктор“. Това ми дава основание с убеденост да предложа на уважаваното научно жури да присъди образователната и научната степен „доктор“ на Мария Георгиева Янчева.

20.01.2016 г.

Проф. д-си Снежана Илиева